



YOGA

Cette association a pour but l'étude et la pratique du yoga, la recherche philosophique et culturelle.

Activités principales : cours de yoga, tous les lundis de 18h à 19h30 à la mairie, dispensés par Anne Martini Barberon, professeure diplômée de l'Ecole Française de Yoga, Paris

Qu'est-ce que le Yoga ?

Le yoga est, partant de ce qui est, l'élimination des obstacles qui empêchent l'être humain de profiter pleinement de la vie. Pour y parvenir, on a recours à l'Ashtanga Yoga, couramment appelé le Yoga de Patanjali, comportant huit membres de vie. Le yoga peut procurer à chacun un bénéfice personnel dans de nombreux domaines, en particulier celui de sa santé, de son énergie, de son mental, de ses émotions, de sa vie quotidienne et de son ouverture au monde.

« Le yoga est un art universel ».

Adhésion obligatoire à l'association 10 € par an.

Règlement des cours 125 € par trimestre.

11 cours de 1h30 en moyenne par trimestre.

Contacts :

Présidente : Elizabeth Yates, eyates@orange.fr,

Professeur : Anne Martini, anne.martini@orange.fr,

Autre contact : Nathalie Savaton, natsa.62@orange.fr.