

LES P'TITS DIMANCHES
POST FORMATION EN VISIO

LA TERRE

Je vous invite à explorer les 5 grands Mahabhûta du yoga en lien avec notre corps physique, énergétique, psychique et spirituel grâce aux textes suivants : le yogayâjnavaikyam, les travaux d'Arthur Avalon (Sir John Wooddoffe), la yogatattva upanishad, en cherchant les resonances et les différences avec les yogasûtra de Patanjali

AVEC SANDRA ERMENEUX

Depuis
chez
vous

De 9h30
à 16h00

80€

- Étude
- Pratique
- Atelier

24 JANVIER 2026

Inscriptions : ecoleyoga13@orange.fr