

## JOURNEE YOGA

**« Accueillir la Lumière et l'Énergie du Printemps »**

Journée offerte à tous les professeurs et pratiquants adhérents de  
**L'Institut Français de Yoga Rhône – Provence – IFY-RP.**

**Le Samedi 28 MARS 2026 de 10 H00 à 16 H 00**

**LIEU : « SITE DU SCAMANDRE »  
30400 GALLICIAN**

### **AU PROGRAMME :**

**Accueil des participants à partir de 9 H 30**

**Au cours de la journée :**

**- Pratique de yoga, méditation, chant .....**

**Les séances de yoga seront guidées par des professeurs IFY**

**- Circuit découverte de la Réserve Naturelle du Scamandre**

**\*Amener votre tapis de yoga, coussin...**

**\*Prévoir le repas tiré du panier, chaussures confortables pour marcher, sac à dos  
Ne pas oublier son gobelet et ses couverts.**

**S'INSCRIRE RAPIDEMENT AUPRES DE VOTRE ENSEIGNANT POUR  
ORGANISER LE COVOITURAGE**

*Pour les non-adhérents, il sera possible de s'inscrire pour la somme de 20,00 €*