

Lyon , 3 et 4 Novembre 2018
Atelier de Kundalini Yoga

Yogic **BODY LANGUAGE**

Un voyage qui nous amène à découvrir le langage
qui est parlé par tous mais compris par peu

Avec
Jiwan Shakti Kaur

Informations et Réservation
maria_sat5@yahoo.fr



SunGalaa



Yogic BODY LANGUAGE

Le Langage du Corps est un voyage au cours duquel nous découvrons le langage le plus couramment parlé mais que seuls quelques uns connaissent. Toutes nos expériences sont enregistrées dans nos cellules, qui elles-même créent les fibres les plus profondes de nos muscles. Par conséquent notre véritable identité s'exprime dans chacun de nos mouvements. Les blocages physiques, notre posture, la manière dont nous marchons ou nous asseyons, nous « parle » plus que tout autre moyen de communication. Donc, en considérant que chaque blocage physique a une réaction réflexe dans le corps (notre mémoire la plus profonde), connaître la signification de ce réflexe devient essentiel pour nous aider à trouver le moyen de le surmonter. En utilisant la sagesse ancestrale du Kundalini Yoga, nous allons mener une traduction simultanée du langage du corps: des gestes aux émotions, des postures aux sentiments. Nous serons capables de mieux connaître nos besoins, notre force, notre grâce naturelle. Du corps à l'esprit.

Jiwan Shakti Kaur



Kundalyon

4 bis rue de la
conciergerie
Lyon 69009

Samedi et Dimanche 10h-17h

Coût pour le week-end:
€ 190 (€ 160 si inscription
avant le 30/09/2018)