

AVEC LAURENCE MORLON
DU 15 SÉPTEMBRE AU 15 DÉCEMBRE



Pralaya Exploration

Les lundis
de 19h30 à 20h45

Découvrez l'essentiel du Pralaya Yoga abordé en douceur et en profondeur avec une pratique infusée de principes de réalisation de Soi, où le corps est perçu comme la représentation microcosmique de l'Univers macrocosmique.

L'accent sera mis sur les alignements, comment les initier, et les sensation qu'ils génèrent.

Massage Ayurvédique Abhyanga

A la fois relaxant et énergisant, ce massage complet du corps à l'huile chaude de sésame, alterne un flot continu de mouvements profonds, rythmiques et fluides. Il active la circulation sanguine, détoxifie et libère des tensions musculaires et nerveuses. Il procure une profonde détente du corps et de l'esprit, ainsi qu'une grande clarté mentale.

RDV & informations :
06 67 17 56 50

