

Yoga Irano-égyptien Rennes 2024-2025

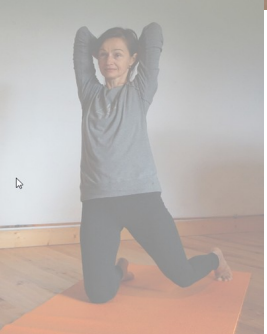
Samedi 9h- 10h15
(2*mois)



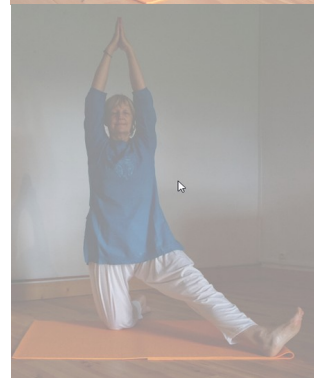
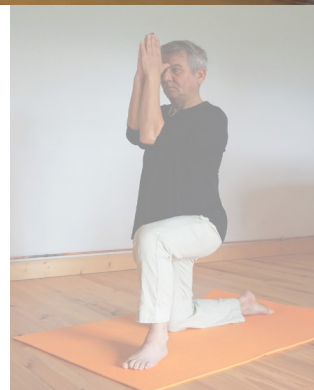
Postures

Exercices de respiration rythmique

Exercices glandulaires



Cette pratique s'appuie sur des principes venant des enseignements de la Perse antique et de l'Égypte ancienne. Ce Yoga est aussi appelé « l'Art de la respiration », son originalité consiste à associer mouvement, respiration et chant. Pratique qui donne de l'énergie et favorise la clarté de l'intellect.



Espace Devi - 48 A rue d'Antrain – Métro Ste-Anne
Site Internet : champdurespir.fr