

Yoga Irano-égyptien Rennes 2025 - 2026

**Samedi 9h- 10h15 : 2 séances par mois
Ateliers**

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.

Postures, chant sur les voyelles, exercices de respiration rythmique, exercices glandulaires.

Espace Devi - 48 A rue d'Antrain – Métro Ste-Anne
Email : contact@champdurespir.fr
Tél : 06 51 68 64 43
Site Internet : champdurespir.fr
Patrick JULES

