



JOURNÉE

à la découverte
du **YOGA**
et de ses **ORIGINES**

Samedi 18 Janvier 2020
de 10h à 18h
au Chateau Barbé (Capvern)

Izabelle Darparens, professeure de *Kundalini Yoga* et Renaud Fabbri, enseignant de philosophie et directeur du Centre Aditi vous accueillent pour un stage de découverte du *Yoga*, sa pratique et son histoire.

Déroulement de la journée

9h45 : Accueil des participants

10h : Méditation

10h30 : A la découverte de l'histoire et des fondements du *Yoga* en Inde

11h30 : Pratique de *Yoga*

12h30-14h : Pause déjeuner (formule auberge espagnole)

14h : Méditation et lecture de quelques grands textes de la tradition yoguïque

15h30 : Pratique de *Yoga*

16h30 : Les origines du *Yoga* moderne

17h30 : Cercle de paroles (échange)

18h00 : Fin de la journée

70 € dont 30 € d'acompte à régler au moment de l'inscription

Réservation par email (centreaditi@gmail.com) ou par téléphone (0651459152)

Adresse: Centre Aditi, 931 Chemin du Château Barbé, 65130 Capvern
(Sur la route entre Lannemezan et Capvern, tournez en face de la Station Avia,
continuer environ 800 m puis grand portail sur la gauche)