



Sylvie et Alain de l'école québécoise de massothérapie Centre EauVie, tous deux massothérapeutes et enseignants bilingues, sont heureux de venir vous offrir à Tracadie :

Cours de Kundalini Yoga

“La pratique du Kundalini Yoga équilibre le système glandulaire, renforce le système nerveux, et nous permet de bénéficier de l'énergie du mental et des émotions pour que nous soyons en contrôle de nous-mêmes, plutôt que d'être contrôlé par nos pensées et nos sentiments. Cette technologie combine la respiration, les mudras, le focus visuel, les mantras, et les postures d'une manière précise et consciente, de sorte à avoir un effet sur le corps, la pensée et l'âme.

“Le Kundalini Yoga est un yoga pour tout le monde: ceux qui sont à la maison, ceux qui composent avec le stress et les défis d'aller travailler, s'occuper d'une famille, gérer une entreprise. Le Kundalini Yoga est pour ceux qui veulent des outils pour gérer avec succès les défis de leur vie et de cette époque.

“La liste des bénéfices d'une pratique régulière de Kundalini Yoga est très longue. Mais ce qui importe réellement, c'est votre expérience. Trouvez d'autres ressources pour de l'information et des suggestions pratiques, mais si vous voulez acquérir une réelle connaissance du Kundalini Yoga, faites-le!” Shakti Kaur

Education continue : Ces cours ne sont pas accrédités. Ils vous sont offerts pour votre santé.

Dates

- Dimanche 20 mai, lundi 21 mai, dimanche 27 mai et lundi 28 mai, 2018
- De 9h à 10h le matin, et
- Lundi 21 mai, mercredi 23 mai et vendredi 25 mai, 2018
- De 19h à 20h15 en soirée

Endroit : [Bibliothèque publique, 3620 rue Principale, Tracadie, NB](#)

Inscription

- Bienvenue à tous! (aucun pré-requis)
- [Svp remplir le formulaire d'inscription](#) en précisant quels jours dans « commentaires »
- 10\$ le cours
- Apportez votre tapis de yoga
- Aucun dépôt requis; Paiement en argent comptant, Virement Interac ou par carte de crédit (sans frais) en arrivant sur place

Pour nous joindre

Sylvie Charbonneau, sylvie@centre-eauvie.com, 1-450-512-7725

Alain Moreau, alain@centre-eauvie.com, 1-514-924-6840

[RÉSERVEZ VOTRE PLACE MAINTENANT!](#)

[À la revoyure!](#)
Sylvie et Alain

NOS AUTRES FORMATIONS SONT RECONNUES PAR:

