

Les
Rendez-
vous



3 avenue Thermale
VICHY

Le Samedi
16 novembre
2019



Dominique David
a donné rendez-vous à
Karine Grenier

pour un double
atelier :

*Gymnastique sensorielle
et yoga*

www.vichyoga.fr





Vichyoga

vous propose

Les
Rendez-
vous

Ces rendez-vous, vous permettront de découvrir l'invité du mois de Dominique, de participer à son atelier, ou conférence et de poursuivre par un cours de Yoga, dispensé par Dominique.

Dominique David

Enseignante de ha-tha yoga/ lignée yoga de l'énergie, diplômée de l'école française de yoga PARIS, membre de la F N E Y. Yoga Nidra : formée et certifiée par MATHIEU.

Dominique David vous propose un cours de ha-tha yoga avec comme fil conducteur le SON.

Prononcer des voyelles sacrées ou chanter un mantra fait vibrer tous les centres énergétiques de notre corps. Ces sons agissent sur chacune de nos cellules et nous nous sentons profondément relaxés, plein d'énergie.

L'invité du mois !

Klarine Grenier est somato-psychopédagogue (discipline issue de la fasciathérapie), danseuse et Dr en psychologie, aime croiser les arts du corps et de la pensée.

Pour ce rendez-vous, elle vous propose une mise en lien avec la profondeur de soi, à travers la perception d'un type de tissu spécifique à l'interface corps-psychisme - le fascia (tissu conjonctif élastique enveloppant et reliant les différents éléments anatomiques entre eux). Depuis une écoute subtile et douce, elle vous guidera vers un mouvement fluide, revitalisant et ressourçant, terreau pour laisser s'exprimer des gestes riches de goût et de sens pour soi. Profondeur et légèreté au programme pour varier les plaisirs.

Association inKarne

Tel : 06 63 87 22 31

inkarne.wixsite.com

matiere.inkarne@gmail.com

Inscription avant le 14 novembre (20 participants)

- par mail à : vichyoga@gmail.com
- par téléphone au 06 82 21 64 12
- sur le site www.vichyoga.fr

Tarif : 30 € la demie journée de 15h à 18h.