Cours de yoga en famille

- Yoga en famille
- Padma Yoga
    - Pour nous rejoindre
- Liens intéressants
- Pages reliés à celle-ci

Yoga en famille

Ce cours vous propose de vivre le yoga en famille, quel que soit l’âge des enfants.

Le yoga pour la famille est un moment privilégié ensemble, où l’on accueille l’autre, son conjoint, son/ses enfants, dans un échange privilégié, dans une qualité de « présence ».

Alternant les exercices, les jeux, entre les mouvements de tension et de détente, la concentration à soi et le partage avec l’autre, par le regard ou le toucher, à travers les exercices pratiqués ensemble, l’on renforce le lien avec chacun et son estime de soi.

Partager un « beau moment » ensemble, s’offrant d’aller dans un autre contexte, à la rencontre de l’autre avec son cœur.

Padma Yoga

51, rue Cleveland, C. P. 407, Danville, J0A 1A0
819-358-6038 ~ 819-642-0255 ~ 819-342-5717 cell

Pour nous rejoindre

Notre site web
yoga@padma-yoga.org

Liens intéressants

- ici

Pages reliés à celle-ci

2 pages link to -Famille

- Groupes
- Raideur