

STAGE YOGA & ART

oooo

Le corps, l'art et l'énergie : « Moi + les Autres = Nous en couleurs »



Jour : Samedi 26 mai 2018, de 9h à 17h

Lieu : Salle de yoga de Claudine Douyère au 75, rue Joseph Hubert 97435 St-Gilles-les-Hauts (Sortie de ville vers Villèle, rue située quasiment en face du Weldom, signalée par un panneau Yoga)

Programme : Alternance de pratiques de yoga (plus dynamique le matin, relaxation l'après-midi, méditations guidées) et de créations artistiques, individuelles et collectives, utilisant des techniques variées sur papier. Les pratiques proposées, tant en peinture qu'en yoga, sont accessibles à tous.

Co-animé par :

- Kler Dardel, artiste peintre, formatrice et intervenante dans le domaine des Arts plastiques
- Lucie Birac, professeur de yoga membre de l'Association Réunionnaise de Yoga et thérapeute énergétique (www.coach-yin-yoga.com)

Tarif : 80 euros la journée (collations du matin et de l'après-midi offertes)

Informations et réservations auprès de : Kler au 06 92 37 35 92 ou Lucie au 06 93 06 80 56.