



2024-2025

**YOGA**  
**DU RIRE**

Tous les lundis\*  
20h - 21h15  
au Château du Vert  
Feuillage

**YOGA**  
**DYNAMIQUE**

Tous les mercredis\*  
19h - 20h15  
à l'ancien Dojo

**YOGA**  
**DOUX**

Tous les mercredis \*  
20h30 - 21h45  
à l'ancien Dojo

\* Hors vacances scolaires



Association à but non lucratif,  
dont l'objectif est de favoriser et promouvoir la compréhension, la  
pratique, l'enseignement et la diffusion de toutes techniques de  
bien-être et connaissance de soi d'après une approche holistique  
au travers son univers de loisir, divertissement et vie sociale

### Yoga du rire

Lundi



Offre un bien-être profond  
Profite à la santé globale  
Apporte beaucoup de plaisir

### Yoga dynamique

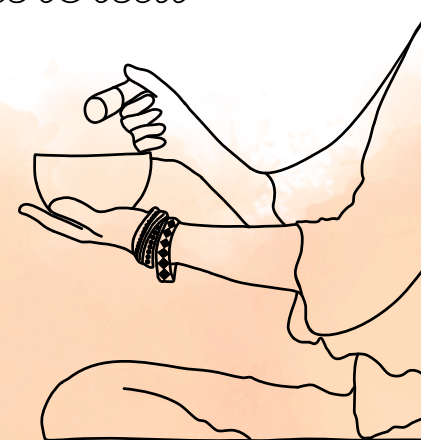
Mercredi



Renforce le corps  
Améliore les postures  
Travaille en douceur

### Yoga doux

Mercredi



Aide à éliminer les blocages  
Calme le mental  
Apporte beaucoup de détente

\* Hors vacances scolaires



Ateliers et cours proposés toutes les semaines\*

## Au niveau Culturel

### Ateliers conférence\*



L'occasion de rencontrer  
différents praticiens pour  
discuter, partager et apprendre

### Newsletter mensuelle\*\*



Des articles  
Des interviews  
Des conseils de lecture  
Les dates de l'asso

\*Pendant les vacances scolaires

\*\*Pour les adhérents annuels ou périodiques



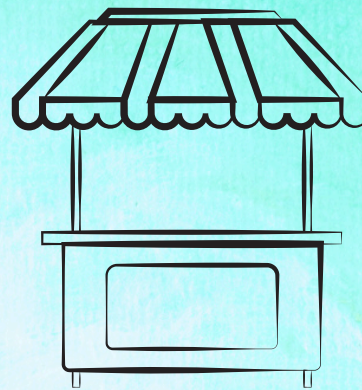
# Notre salon

## Ateliers / conférence\*



L'occasion de découvrir, apprendre,  
partager et discuter

## Stands



Pouvoir se procurer des objets de qualité

## Partenaires



Venir à la rencontre d'une  
grande variété de praticiens de  
qualité avec différentes des  
approches ou domaines

Suite au succès de notre première édition, nous souhaiterions organiser la deuxième...  
En suivant la même recette: convivialité, qualité, rencontres, partages...





Notre programme vous plaît, n'hésitez pas à nous rejoindre...

Mais avant de vous engager, profitez de nos séances d'essai\*...

Lundi 24 juin ou Lundi 9 septembre pour le **yoga du rire**

Mercredi 26 juin ou Mercredi 11 septembre pour le **yoga dynamique**

Vendredi 28 juin ou Mercredi 11 septembre pour le **yoga doux**

\*séances offertes - uniquement sur inscription (par mail)





Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux ou par mail  
[holistiquement.bien@gmail.com](mailto:holistiquement.bien@gmail.com)



Association Loi 1901



Site internet

