



MASTERCLASS YOGA

Certifiée FNPY

La Bhagavad Gîtâ & Karma Yoga :
les clés essentielles

Samedi 12 décembre 9h30 à 12h30



Cette masterclass propose une découverte de la Bhagavad Gîtâ et du Karma Yoga, la voie de l'action, à travers ses principes fondamentaux. La séance se prolongera par une pratique de Hatha Yoga en résonance avec le thème abordé.

Animée par Hoëla
Professeure de Hatha Yoga
et formatrice ENPY

Tarif : 45€
Visio 100% direct

Inscription / informations
hoela.yodeliyoga@gmail.com

Objectifs de la masterclass

- Découvrir le contexte (rappel de l'histoire du yoga) et une présentation synthétique de la Bhagavad Gîtâ
- Comprendre les principes essentiels du Karma Yoga, la voie de l'action
- Expérimenter ces enseignements à travers une pratique de Hatha Yoga associant postures et méditation



*L'inscription sera validée dès réception du règlement à adresser par virement bancaire avant le début du stage
Assurez-vous d'avoir une connexion internet suffisante pour une visio*

Inscription / informations
hoela.yodeliyoga@gmail.com



<https://yodeliyoga.fr/>