



Les YOGIS du CŒUR

à Terra Botanica

6 octobre 2019

AU PROFIT DES ENFANTS CARDIAQUES

9H - 10H

DIFFÉRENTS ATELIERS DE YOGA AU CHOIX

10H30 - 12H

SÉANCE DE YOGA SOLIDAIRE

Imprimé sur du papier recyclé



Inscrivez-vous nombreux :

<https://www.billetweb.fr/les-yogis-du-coeur-a-angers-2019>

Avec Audrey



et Maxime





AYONS DU CŒUR POUR QU'ILS EN AIENT UN !

Au programme de cette matinée, des ateliers et une session de yoga solidaire pour sauver les enfants malades du cœur.

♥ **9h - 10h**

Des ateliers de yoga en plein cœur du parc Terra Botanica.



KUNDALINI

Avec Luc Maudonnet

Le Kundalini Yoga est une pratique qui invite à un voyage intérieur profond et au lâcher prise.



YIN YOGA

Avec Chin Lejeune

Entre étirements et relaxation cette séance toute en douceur aide à libérer les tensions et faire circuler les énergies dans le corps.



YOGA DANSE

Avec Melinda Rabate

Cet atelier propose des exercices de yoga pour réveiller le lien au corps, au souffle et ouvrir les portes du ressenti.



VINI YOGA

Avec Ysabel Pineau

Ce yoga postural place le souffle au centre de la pratique, chaque posture s'harmonise au souffle.

♥ **10h30 - 12h**

Une séance de yoga solidaire, ouverte à tous, animée par des professeurs bénévoles angevins.



TARIFS

- Atelier 14 €
- Séance solidaire 18 €
- Atelier + séance 30 €
- Atelier + séance + entrée au parc 40 €

L'intégralité des recettes sera reversée à Mécénat Chirurgie Cardiaque