

21 juin 2025

Journée Internationale du Yoga

Méditation

8 h - 8 h 45 | au jardin

Salutations au soleil

9 h - 9 h 45 | au jardin



Cours ashtanga - au studio

10 h 30 - 12 h | sur inscription sur eversports

Auberge "indienne"

Amenez plat végétarien et/ou boisson à partager | 12 h - 13 h 15 | au jardin

Marche méditative

13 h 30 - 14 h 30 | départ de Beuvrequen

Parenthèse philo yoga

14 h 30 - 15 h 30 | au jardin ou au studio

Pause thé

Mantras et méditation

16 h - 17 h | au jardin ou au studio



*Un moment ou toute la journée,
fêtons ensemble cet événement*



Gratuit - ouvert à tous -

163 rue de la mairie - Beuvrequen

Renseignements au 06.18.67.05.81 ou

07.52.03.63.84