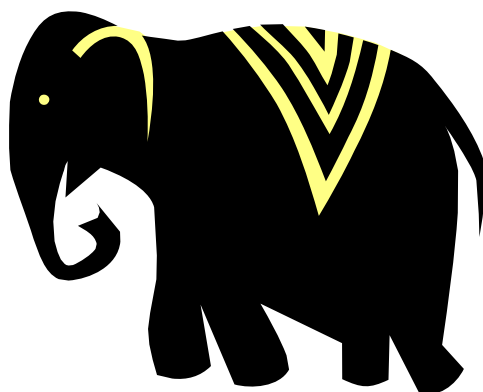


Cours de Hatha-Yoga à Braine.

animé par Noëlle Thiernesse

Cours hebdomadaire, le jeudi à 20 H.



Rentrée le jeudi 21 septembre 2006

Le Hatha-Yoga proposé est celui d'Eva RUCHPAUL. Cette méthode associe postures et respirations.

Le Hatha-Yoga est une technique de sérénité millénaire originaire de l'Inde.

Il est possible d'entrer en empathie avec soi et avec le monde « en habitant son corps ».

Il est possible d'obtenir un meilleur équilibre énergétique et neuromusculaire « en exerçant son corps ».

L'espace de la posture est le lieu privilégié de l'émergence d'une intime connaissance du moment.

Tous niveaux acceptés.

Tarifs 70€ par trimestre

Renseignements et inscriptions au Foyer rural de Braine tél : 03 23 74 11 60