

© Pratique intensive

Nous vous proposons tout au long de l'année, le dimanche matin, des matinées de pratique intensive de Kundalini Yoga.

© Stages thématiques

Les stages sont centrés sur un thème où diverses pratiques sont utilisées (Yoga, relaxation, méditation, sons, chant, communication, etc.)

© Marche méditative

Cette forme de méditation se pratique en extérieur. Conscience intérieure de la marche et conscience extérieure à travers nos sens.

© Bain de gongs

Ponctuellement, des bains vibratoires avec plusieurs gongs sont organisés.

© Nuit du Gong

Vibrer une nuit entière avec les gongs est une expérience unique.

Pour plus de renseignements sur nos activités et les dates, consultez notre site web :

kundalini-yoga-pessac.org

Surnommé le

Yoga de la force nerveuse

Le Kundalini Yoga peut nous aider dans le monde d'aujourd'hui à mieux gérer le stress au quotidien, retrouver notre vitalité et notre joie de vivre l'instant présent.

Accessible à chacun, cette discipline est avant tout une voie de connaissance de soi.

saison 2017/2018

Cours de
Kundalini

YOGA

à Pessac



Association :
Kundalini Yoga Pessac
Tel : 06 80 48 70 00
kypessac@yahoo.fr

kundalini-yoga-pessac.org

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique



Association loi 1901
Kundalini Yoga Pessac

TARIFS DES COURS

TARIFS TRIMESTRIELS :

- 1 cours par semaine.....100 €
- 1 cours par semaine couple.....170 €
- 2 cours par semaine.....150 €
- 3 cours par semaine.....170 €

Tarifs trimestriels étudiants :

- 1 cours par semaine.....80 €
- 2 cours par semaine.....100 €
- 1 cours par semaine couple.....120 €

TARIFS ANNUELS :

(Payable en une seule fois en début de saison)

- 1 cours par semaine.....250 €
- 1 cours par semaine couple.....400 €
- 1 cours par semaine étudiant.....200 €
- 2 cours par semaine.....400 €
- 3 cours par semaine et +.....500 €

LICENCE FÉDÉRATION FTKY ET COTISATION ASSO.

La licence donne le droit de participer à toutes les activités proposées par les associations et centres de la Fédération FTKY dans l'année scolaire en cours.

- 1 année.....15€
- 1 année étudiant.....10€

COURS DE KUNDALINI YOGA

Reprise des cours le
lundi 11 septembre 2017

LUNDI - 12h30

Lieu : Maison municipale du quartier de **Noès**, rue
Pierre Brossolette - 33600 PESSAC
Professeur : Sabine - Tel : 06 07 91 31 39

MARDI - 20h30

Lieu : Salle de **Monbalon**, 2 rue des Anciens de
l'A.F.N. - 33600 PESSAC
Professeur : Emmanuel - Tel : 06 80 48 70 00

MERCREDI - 12h30

Lieu : Salle de **Saige** n°2, allée des mimosas -
33600 PESSAC
Professeur : Sabine - Tel : 06 07 91 31 39

JEUDI - 19h15

Lieu : Salle de France, 39 Rue Anatole France-
33600 PESSAC (quartier **Alouette**)
Professeur : Sabine - Tel : 06 07 91 31 39

Le 1^{er} cours est un cours d'essai gratuit

Note : Les cours durent 1h. Apportez un tapis de sol, un coussin ferme, une grande couverture chaude ainsi qu'une bouteille d'eau. Tenue souple, de préférence de couleur blanche. Arrivez 10mn avant le début du cours.

COURS DE RELAXATION Yoga Nidra

Début le 19 septembre 2017

LUNDI - 20h TOUS LES 15 JOURS

Lieu : Salle de **Monbalon**, 2 rue des Anciens de
l'A.F.N. - 33600 PESSAC
Contact : 06 80 48 70 00



BAINS DE GONG

Début le 11 septembre 2017

LUNDI - 20h TOUS LES 15 JOURS

Lieu : Salle de **Monbalon**, 2 rue des Anciens de
l'A.F.N. - 33600 PESSAC
Contact : 06 80 48 70 00

Plus d'infos :

<http://ecolegonganahata.fr>

