

ATELIER DE PRATIQUE DE



animé par Isabelle Daulte

« Notre corps a une vocation spirituelle,
il a une vocation divine. »

Maurice Zundel

Le sens premier du mot yoga signifie “ relier”. Pratiquer le yoga permet d’unir les différentes parties du Soi (corps, mental, esprit) et de se relier aux autres, à Plus-Haut que soi, au Divin. S’inscrivant dans la lignée de T.K.V. Desikachar, cet enseignement aborde l’élève là où il-elle se trouve. Il s’agit d’un yoga qui s’adapte à la personne et non l’inverse. Il ne nécessite aucune expérience préalable, s’adresse à l’être dans sa totalité, et est compatible avec toute conviction religieuse. C’est une approche qui prépare à l’assise en silence, à la méditation et à la prière.

Isabelle Daulte est enseignante de yoga
(fédération Yoga Suisse et Union européenne de Yoga UEY)
et accompagnante psycho-spirituelle (AASPIR).

Les lundis

**Souffle
Spiritus
Postures
Son
Méditation**

17h30 - 19h00

**du 9 sept.
au 16 déc. 2024**

hormis les vacances
d’automne :
les cours reprennent
le 4 nov. !



Information et inscription : Isabelle Daulte / 079 261 27 55