



**Les Ateliers du Bien Etre Yoga**  
moriconi.agnes@orange.fr  
www.lesateliersdubienetre.net  
06.84.93.46.64



**Dimanche 11 février 2018 de 9h à 12h**

**Atelier : Yoga et Ayurveda pour favoriser “Ojas, la quintessence de l’énergie vitale**

Le yoga est une méthode propice au développement du système immunitaire et fait partie d’un vaste système nommé “Ayurvéda”, la “science de longue vie”.

Je vous propose un atelier conférence qui vous fera découvrir le regard de l’Ayurvéda et du yoga sur le système immunitaire et comment le développer. Pratiques de yoga, exposé sur “Ojas”, questions-réponses...

Atelier accessible à tous (yoga pour tous)

Non adhérent Association Les ateliers du Bien Etre : 30 €

Adhérent : 25 €

Nombre de participants minimum : 12 - Pensez à apporter un carnet de notes

Salle de danse S.Desormeaux St Mars du Désert

---

**Bulletin d’inscription :**

Nom et prénom :

Courriel (obligatoire – écrire lisiblement)

Tél :

S’inscrit à l’atelier du 11 février 2018.

Et joint le règlement de :  30 € non adhérent  25 € adhérent

Merci de joindre votre chèque à la réservation : **valide l’inscription.**

Les chèques seront encaissés après l’atelier (ordre Les Ateliers du Bien-Etre )

A envoyer à l’adresse : 47 route de la Jonelière 44300 Nantes ou donner à Agnès