



Le Chemin de l'Arbre
Journée

YOGA- Aromathérapie

Autour du Thème
« **DETOX de Printemps** »
Le dimanche **19 mars** 2017

avec: **Nicole SOYER**

Diplômée du Collège National de YOGA.

Vous propose l'expérience d'un Yoga intégrant :
asana, prânâyâma et cherchant à permettre
au corps de retrouver sa dimension spirituelle.

avec: **Karine GUINDEUIL**

Aromatologue

vous propose de découvrir
le monde des huiles essentielles
à travers un Atelier interactif et olfactif.

Matinée 9h30-12h30

- Avec Nicole : **Pratique puis Atelier de YOGA**
- Avec Karine : **DETOX : Alimentation Huiles essentielles Pourquoi? Comment? Recettes.**

Après-midi 14h-17h

- Avec Karine : **DETOX : Huiles et Hydrolats- Lesquels? Comment?**
- Avec Nicole : **YOGA NIDRA (relaxation)**

La journée de 6 heures : **35 €**

Repas DETOX

avec participation aux frais
8 à 10€

Renseignements et inscriptions : 0553368524 et 0688842519

ou

blog : lechemindelarbre@orange.fr
<http://lechemindelarbre.over-blog.com/#>

(sous réserve de 4 inscriptions minimum)

Ne pas jeter sur la voie publique