

Réveillez l'énergie de la rentrée !

KUNDALINI YOGA

Conscience, Amour et Créativité

Postures, respirations, relaxation, mantra

- renforcer l'ensemble des systèmes de votre corps : nerveux, respiratoire, circulatoire, digestif etc. -
- développer votre vitalité et votre énergie créatrice
- contrôler votre activité mentale et favoriser votre concentration
- agir plus en conscience, dans le respect des autres et de votre propre identité

Cours collectifs : Mardi : 18 :30 – 20 :00

Jeudi : 18 :30 – 20 :00

**Sur demande : Yoga prénatal – Cours individuels – A domicile – En Institution
D'autres cours peuvent être programmés, voir l'actualité sur le site**

Tel : +33 (0)6 87 13 00 38

contact@premjeetkaurji.com

Site internet : www.gallesimonnet.com

Espace Premjeet Kaur Ji, 08 Quai Saint Jean à Blois