

KUNDALINI **YOGA** PESSAC



CONFÉRENCES

Nous proposons tout au long de l'année, dans la **salle de Pessac-Bourg** (28 av. Roger Cohé) au centre de Pessac, les 3^{èmes} samedis du mois (de 14h à 18h), des introductions ou initiations :

- à l'alimentation naturelle, à des techniques de « santé et hygiène naturelle »
- à divers modes de relaxation et méditation, ainsi que de gestion / harmonisation de l'énergie..

Ces activités sont gratuites et présentées par des intervenants de notre association ou d'associations amies ou, quelquefois de l'extérieur. Elles s'inspirent aussi bien de l'orient que de l'occident.

Contactez-nous afin de connaître les thèmes abordés pour l'année en cours et les dates des conférences. Ou consultez notre groupe Yahoo : *kypessac*

ATELIER RELAXATION

PAR LE TOUCHER

Le 1^{er} et le 3^{ème} mardi du mois, entre 20h et 22h. Début le 4 octobre 2011. Salle de Monbalon.

(Préinscription obligatoire - inscription annuelle uniquement)



POSTURES



RELAXATION

MÉDITATION

Surnommée le

Yoga de la force nerveuse

Le *Kundalini Yoga* peut nous aider dans le monde 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.

Contactez
Nous !
Kundalini Yoga Pessac
7, rue de l'Oregon
33600 PESSAC
05.56.36.63.92
kypessac@yahoo.fr

<http://fr.groups.yahoo.com/group/kypessac/>

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

Cours de
Kundalini

YOGA

À Pessac



Cours et ateliers de
RELAXATION



Association loi 1901
« *Kundalini Yoga Pessac* »

-- Année 2011 / 2012 --

TARIFS

TARIFS TRIMESTRIELS :

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

Tarifs étudiants :

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

TARIF ANNUEL (10 mois) :

(Payable en une seule fois en début de saison)

- Atelier relaxation par le toucher... 150 €
- 1 cours par semaine.....275 €
- 1 cours par semaine étudiant.....200 €
- 2 cours par semaine.....400 €
- 3 cours par semaine.....500 €

LICENCE FÉDÉRATION FTKY ET COTISATION

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

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

Fermeture :

le 26 décembre 2011, le 9 avril
2012 et le 28 mai 2012

COURS DE KUNDALINI YOGA

COURS A PESSAC NOÈS

Du 12 Sept. 2011 au 25 Juin 2012

Le **lundi** de 12h15 à 13h15
Maison de quartier de Noès
rue Pierre Brossolette

Professeur : Catherine Saint-Eve

Tel : 06.09.62.88.75

COURS A PESSAC MADRAN

Du 5 Sept. 2011 au 25 Juin 2012

Le **lundi** de 19h15 à 20h15

Salle de Madran, 159 bis avenue de
Madran (proche arrêt de bus « Madran »)

Professeur : Emmanuel Gaillard

Tel : 06.80.48.70.00

Mail : contact@relaxation-humaniste.fr

**Le 1^{er} cours et un cours
d'essai gratuit,
sans engagement.**

Apporter une grande couverture chaude, un coussin et un tapis de sol. Également une tenue souple de préférence de couleur blanche. Se présenter un peu avant le cours.

COURS DE RELAXATION

Du 5 Sept. 2011 au 25 Juin 2012

COURS A PESSAC MADRAN

Le **lundi** de 20h30 à 21h30

Salle de Madran, 159 bis avenue de
Madran (proche arrêt de bus « Madran »)

Professeur : Emmanuel Gaillard

Tel : 06.80.48.70.00

Mail : contact@relaxation-humaniste.fr

Le cours de relaxation est un moment de détente et de ressourcement. C'est également l'occasion d'éveiller notre sensibilité, notre conscience des tensions et d'acquérir les moyens de nous en libérer.

Apporter une grande couverture chaude, un coussin et un tapis de sol.