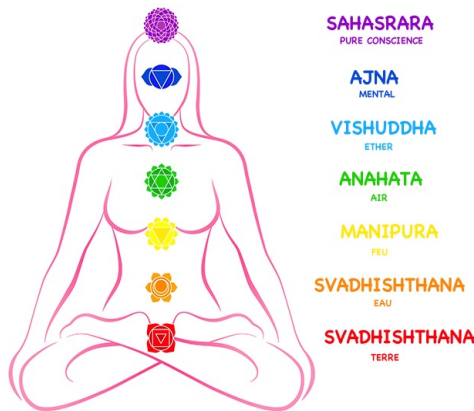


## STAGE DE YOGA VOYAGE AU PAYS DES CHAKRA

Du **24 août 18h au 28 août 18h**, dans un cadre enchanteur au coeur du parc Normandie Maine (**Orne**), nous vous proposons un stage de Yoga sous forme de voyage initiatique de 4 jours autour des 7 principaux chakra.



Les chakra sont des roues d'énergie que l'on retrouve le long de la colonne vertébrale (de sa base jusqu'au sommet du crâne). Chaque chakra est associé à des fonctions spécifiques, des aspects de la conscience et des symboles.

La pratique du Yoga permet d'explorer ces différents univers et d'influer sur la circulation de cette énergie dans tout le corps.

C'est ce que propose ces 4 jours de stage qui s'articulent en douceur et progression, du chakra racine jusqu'au chakra couronne.

Les 8 séances durent 2 heures pour prendre le temps d'expérimenter les différents éléments de la nature que l'on retrouve dans ces 7 principaux chakra.



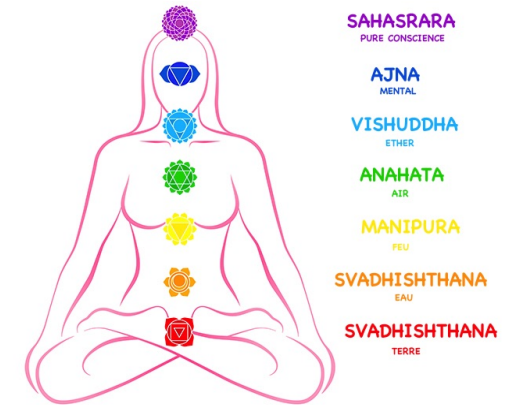
Le stage est accessible à tous quelque soit le niveau de pratique.

**Contact : [yogasanschichi@free.fr](mailto:yogasanschichi@free.fr)**

Plus d'info sur le facebook de Yoga sans chichi rubrique « événement »

## STAGE DE YOGA VOYAGE AU PAYS DES CHAKRA

Du **24 août 18h au 28 août 18h**, dans un cadre enchanteur au coeur du parc Normandie Maine (**Orne**), nous vous proposons un stage de Yoga sous forme de voyage initiatique de 4 jours autour des 7 principaux chakra.

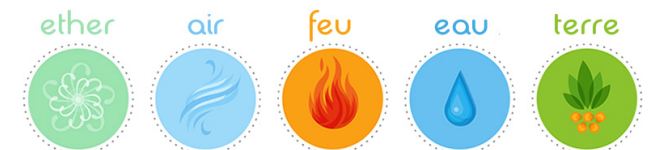


Les chakra sont des roues d'énergie que l'on retrouve le long de la colonne vertébrale (de sa base jusqu'au sommet du crâne). Chaque chakra est associé à des fonctions spécifiques, des aspects de la conscience et des symboles.

La pratique du Yoga permet d'explorer ces différents univers et d'influer sur la circulation de cette énergie dans tout le corps.

C'est ce que propose ces 4 jours de stage qui s'articulent en douceur et progression, du chakra racine jusqu'au chakra couronne.

Les 8 séances durent 2 heures pour prendre le temps d'expérimenter les différents éléments de la nature que l'on retrouve dans ces 7 principaux chakra.



Le stage est accessible à tous quelque soit le niveau de pratique.

**Contact : [yogasanschichi@free.fr](mailto:yogasanschichi@free.fr)**

Plus d'info sur le facebook de Yoga sans chichi rubrique « événement »