

Formation en yoga nidra Paris (Montreuil) décembre 2020

Mathieu
☎ 02 99 43 17 90
📱 06 65 27 55 74
maison.yoga@wanadoo.fr
www.ecoledeyogamathieu.fr

Formation de Professeur de Yoga Nidra avec **Mathieu**

Apprendre, comprendre, créer et transmettre.

Le yoga nidra traditionnel est une pratique d'intériorisation consistant à endormir certains aspects de soi afin de s'éveiller.

Dates : du samedi 26 décembre à 12h au mercredi 30 décembre à 19h
(5 jours 35 heures)

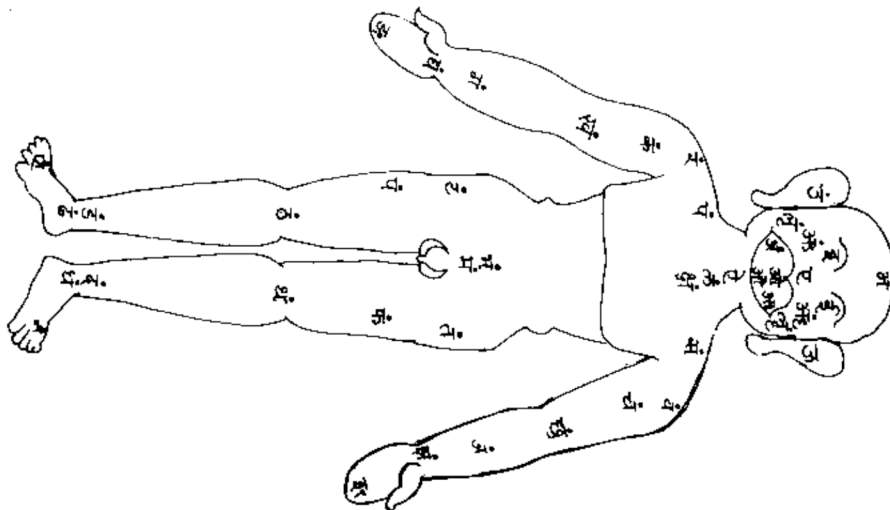
Horaires 12h à 19h.

À qui s'adresse la formation ?

Cette formation est réservée aux professeurs de yoga désirant enseigner le yoga nidra.

Mathieu se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le yoga nidra depuis 1972 et co-dirige la revue Infos Yoga. Il est l'auteur du livre « Dormir pour s'éveiller : le yoga nidra traditionnel » Éditions Almora.

Le lieu : 20 rue de l'église à Montreuil - Metro Mairie de Montreuil (ligne 9)
Ce lieu permet de respecter les mesures barrière dont la distanciation



Nombre de participants : 14 participants.

