

Mille facettes du yoga

Le club de yoga strasbourgeois ACTEM organise demain au parc de l'Orangerie une fête indienne, accompagnée de conférences et ateliers gratuits autour du yoga.



Lors de précédentes initiations ay yoga conduites par ACTEM à Strasbourg. Photo J.-M-de-Balthasar

Le maître indien de yoga Akhsar séjourne à Strasbourg actuellement ; il y encadre la fin d'une formation de futurs professeurs et donne plusieurs cours au sein du club ACTEM. Il a rencontré les fondatrices du club en Inde voici trois ans et mène plusieurs projets avec elles.

En plein air

Akhsar a souhaité que la fin du stage de formation d'enseignants se transforme en fête indienne, publique et gratuite. À cette occasion, des ateliers d'initiation à différents aspects du yoga, des temps de découverte de disciplines voisines et des conférences seront proposés entre 11 h et 20 h, demain 30 juillet, au pavillon Joséphine du parc de l'Orangerie. L'opération a été baptisée « Joséphine fait du yoga ». Tous les ateliers et animations proposés dans ce cadre sont gratuits, à une ou deux exceptions près.

Les initiations au yoga prévues entre 11 h et 16 h 30 se dérouleront en entrée libre. Les curieux pourront y découvrir du yoga tonique, du yoga plus calme, des initiations pour les seniors, pour les enfants, pour les hommes. Les ateliers pourront se dérouler en plein air si le temps le permet. La fête indienne, avec temps de remise des diplômes, suivra entre 17 h et 20 h.

Plus de renseignements via la page Facebook « Joséphine fait du yoga » dédiée à l'événement.

Actem Yoga, 31 rue du Vieux-Marché-aux-Vins, à Strasbourg. Courriel : info@actem-yoga.com ☎
03 88 32 93 81. Dans ses locaux du centre-ville, le club propose vingt-cinq cours de yoga par semaine, calmes ou dynamiques.





Panneaux Solaires : Les compagnies d'électricité cachent la vérité aux Français

Gagnez 2500€ par an !



Gagnez des Miles à chaque dépense du quotidien: shopping, restaurants, essence...

Gagnez + de Miles



Panneaux Solaires : Les compagnies d'électricité cachent la vérité aux Français

Gagnez 2500€ par an !



Cherchez-vous un partenaire ? Trouvez des célibataires qui vous correspondent !

Rencontres 45 ans et plus