



# YOGA KUNDALINI & MÉDITATION

**cours hebdomadaires  
2016/2017**

**MAISON DES ASSOCIATIONS - RENNES**

[www.shunyayoga.fr](http://www.shunyayoga.fr)

# YOGA KUNDALINI

## Libérer l'énergie qui sommeille en vous

Le Yoga est une pratique millénaire. Il permet de renforcer le corps et d'apaiser le mental pour révéler notre plein potentiel.

Ce Yoga complet combine mouvements dynamiques, postures, souffle et méditation. Il intègre la relaxation profonde et les mantras (sons).

🕒 **POUR TOUS**

**LUNDI 10H-11H30 & 19H30-21H** avec charles

**JEUDI 19H15-20H45** avec sarah

🕒 **PRÉNATAL** (FEMMES ENCEINTES)

**JEUDI 17H30-19H** avec sarah

---

**TARIFS** (pour le tarif prénatal consulter le site web) Trimestre 110€ / 95€\* - Année de 30 cours 280€ / 250€\*

Cours à l'unité 15€ / 11€\* + adhésion annuelle de 10€ / facilité de paiement \*tarif réduit

---

👉 1 cours d'essai gratuit

👉 Inscription et **stages** tout au long de l'année

**🌿 Contact: Association SHUNYA**

sarah : 06 88 96 02 88 - charles : 06 18 57 54 80

sarah-chauliaquet@yahoo.fr - **www.shunyayoga.fr**