Atelier de Mudra Yoga

Les granthis

Ces noeuds qui nous bloquent

Durant cet atelier d'une durée de trois heures, nous apprendrons comment les mudras peuvent nous aider à reconnaître les contre-indications que gisent dans notre corps. Les “granthis”, ces noeuds qui a notre insue nous bloquent seront au coeur de la pratique et des discussions. Cet atelier vous permettra par la suite d'incorporer des mudras dans votre routine quotidienne. Un livret sera remis aux participants qui vous permetta de comprendre l'aspect théorique de cette pratique. De plus amples renseignements se trouvent à l'adresse internet suivante: http://yogapartout.com/2014Nov1 et aussi en anglais en suivant ce lien!Suivez / Follow

Cet atelier est offert dans les deux langues

Quand

Le samedi premier novembre de 11 heure à 14 heures

Où

Rama Lotus - 342 Avenue de la pierre joyeuse, Ottawa, ON K2P 0Y8 au (613) 234-7974

Suivez / Follow

http://yogapartout.com/HathaMudraYoga

À propos de l'enseignant

Daniel de YogaPartout a étudié les bases de la pratique des Mudras avec Swami Locananda and Swami Aksharananda de la lignée des Saraswati. Il suit le chemin du yoga depuis 1978 et possède plus de 500 heures d'expérience à son actif en enseignement du yoga. Il enseigne les mudras (la partie des hastas – mains) depuis avril 2012. Daniel possède plus de 500 heures d'expérience en enseignement du yoga. Il est membre de la Yoga Alliance (RYT 200), de la Fédération francophone de yoga (2008) et de la CanFitPro (MBS (2010).

Daniel de Yoga Partout baigne dans le Yoga

Ainsi ayant interviewé plusieurs personnes avec sa caméra vidéo Daniel de Yoga Partout a continué sa route à la rencontre de personnes remarquables tel

- Lily Champagne
- Babacar Khane de la Suisse
- Madhura et Denis Hervé
- Des moines Tibétains
- Padma Yoga tel
    - LocanA Sansregret et
    - Patrick Vésin
    - Claude Maréchal de la Belgique
- Shabad Saroop Singh Khalsa
- Swami Jyortir Ananda à Miami
- Gopinath Dass

Puis, via Skype et podcast, il a fait la connaissance et s'est lié d'amitié avec des enseignants localisé en/au

- Inde via Deep Priya
- Belgique
- Maroc
- France
- Suisse
- É.U. en Californie, etc.

Bref, comme vous pouvez vous en rendre compte, Yoga Partout et son co-fondateur Daniel sont occupé et bien servi lorsque vient le temps de parler yoga. Consultez la liste des Pays que YogaPartout rejoint puisque les rencontres continuent d'avoir lieu et Daniel continue de remercier toutes celles et ceux qu'il croise sur son chemin puisque tout est question de choix, n'est-ce pas?

Voici des échantillons

Ces photos prises lors d'enseignement des mudras montre Daniel alors étudiant auprès de Padma Yoga














Votre investissement

$30+tx ($18 pour les étudiants)- Un guide “La pratique des mudras” est inclus avec cet atelier.

Pour de plus amples renseignements et inscription

Rendez-vous sur le site Rama Lotus

Inscrivez-vous à l'info lettre de Daniel intitulé Moodra / Moudra / comment on dit?

Traffic à bas débit toujours intéressant:-)

Inscrivez-vous ici-bas

Entrez votre adresse de courriel ici

Subscribe-me!

Visualise Powered by YP

Réservez en ligne



Qu'est ce qu'un mudra?

Voici en téléchargement une planche explicative et visuelle de ce qu'est un mudra
Ou, simplement, consultez le même
http://www.padma-yoga.org/documents/pdf/MUDRA%20-%20Chin%20Mudra.pdf" class="wiki wikinew text-danger tips">PDF ci-bas

---

De retour vers l'anglais



Liens intéressants

- Le mudra cobra

One page links to 2014Nov1Fr

- 2014Nov1Fr