



Centre de yoga et de spiritualité
Christina Sergi

HORAIRE Hiver 2020

Débutant le 6 janvier au 28 mars

Congé du 3 au 10 février

JOUR	AM	PM
LUNDI		18h45-21h Alignement d'âme 1 –débutant le 13 janv. Congé le 3 et 10 février
MARDI	9h15–10h30 10h30-12h30 <u>Yoga des énergies</u> (chakras) tous niveaux Formation Les énergies de l'être chakras terrestres - débutant le 14 janvier	18h45-20h <u>Yoga flow et méditation des énergies de l'être</u> - tous les niveaux- déb. 7 janv. Congé le 4 février
MERCREDI		18h45-21h15 Connexion divine (Bhakti mantras et activation d'âme) 6h45 à 9h Débutant mercredi 15 janv. Congé le 5 février
JEUDI	9h30-12h Alignement d'âme niveau 1. Début le 16 janv	19h-21h15 Formation Énergies de l'être (10 cours) débutant le 23 janvier
VENDREDI	10h15-11h30 <u>YOGA Doux des énergies et Méditation</u>	19h–21h15
Samedi	10h à 16h Formation Les énergies de l'être Partie 1 - chakras terrestres 18 et 25 janvier et 15, 22 et 29 février (5 samedi) Partie 2 - chakras célestes et kundalini : du 7 mars au 4 avril (5 samedi)	
DIMANCHE	9h30-17h <u>Formation professeur de yoga</u> (1 dimanche sur deux)	

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX



Activités spéciales

Purification de l'aura
Lundi 6 janvier 19h-21h

Méditations de la pleine lune
Mercredi 8 janvier 19h-21h
Mercredi 12 février. 19h-21h
+vendredi 14 fév. 10h15
Mercredi 11mars 19h-21h

Veillez remplir le [Formulaire de demande](#) pour toute information et conseil pour votre choix de programme et forfait.

**614 croissant de la Seigneurie,
Terrebonne, 450-471-0792
www.christinasergi.com
info@christinasergi.com**



Note : voir le détail des programmes en cliquant sur les liens