



Centre de yoga et de spiritualité
Christina Sergi

L'art de vibrer avec son âme Programmation Automne 2019



450-471-0792

Programme Divine connexion – Bhakti yoga

7 rencontres Bhakti yoga + 4 soirées pleine lune (durée 2h) débutant 18 sept. Pleine lune

Le terme bhakti réfère à l'espace de connexion en Soi de prière et méditation permettant de faire descendre des grâces, pour soi et pour d'autres. Durant ces soirées vous expérimentez des méditation chants et mantras qui élèvent vos énergies, remplacent l'inquiétude, la peur, ou sentiments négatifs par la confiance, la foi et la lumière et le pouvoir d'âme qui génèrent des bénédictions dans votre vie.

- Vous expérimentez l'art du divin lâcher-prise
 - Vous relaxez physiquement et psychiquement
 - Vous activez les pouvoirs innés de votre âme
 - Vous clarifié l'esprit, augmentez la confiance, la joie en vous ainsi que le sentiment d'être divinement soutenue, accompagné ou guidé dans votre vie.
- ✓ 7 cours bhakti yoga
 - ✓ 4 méditations de la pleine lune (1 fois par mois)
 - ✓ Matériel de cours
 - ✓ 1 méditation reçue en téléchargement ou CD

Bonus : Soirée du Solstice de décembre

Horaire Bhakti yoga

MERCREDI soir 18h45-20h45

Horaire Yoga

MARDI	9h-10h	Yoga flow des énergies
	18h30-19h45	Yoga flow des énergies
VENDREDI	10h15-11h30	Yoga doux méditation énergies de l'être

Je m'informe, je m'inscris