

# Journée portes ouvertes - Samedi 20 Septembre

7, rue Alexandre Boutin – Villeurbanne



Venez tester gratuitement nos cours, rencontrer les enseignants, sans engagement, pour le plaisir et la découverte. **(Sans inscription)**

**10h : Yogas avec Claire, Florian et Frédéric (2h) :**  
Hatha yoga, yoga des yeux et yoga de l'énergie

**12h : Constellations Familiales avec Claudia :**  
présentation et questions

**14h : Yogas avec Céline:**  
Yoga Vinyasa et yoga sur chaise

**15h : Sophrologie avec Catherine :**  
Relaxation – visualisation positive

**16h : Méditation Zazen avec Paul**

**Renseignements :** [www.yogakailasa.org](http://www.yogakailasa.org)

**06 65 26 64 70**