

# PLAN DU 17 MAI 2024

- Discussion sur les devoirs.
- On pratique ensemble une séance de postures debout.
- Kryia yoga : Svadhyaya (Section Philosophie)
- On pratique ensemble une courte séance calmante.

TEXTE EN MAUVE : À IMPRIMER À PARTIR DU PORTAIL

PROCHAINE RENCONTRE : 20 mai