

PLAN DU 23 FÉVRIER 2024 13h30 à 16h00

- Discussion sur les devoirs.
- La stabilité vs la mobilité (section Philosophie/lectures)
- Pourquoi se soucier de l'alignement postural (section Philosophie/lectures)
- Séance de yoga : On expérimente sur le tapis l'alignement de Tadasana (remise en copie papier le 23 février).

TEXTE EN MAUVE : À IMPRIMER À PARTIR DU PORTAIL

PROCHAINE RENCONTRE : LUNDI 26 FÉVRIER