

**LES MATINEES YIN YOGA, le PRINTEMPS**

**Expansion et Renouveau**

**Une matinée de pratique, de rencontres, d’échanges autour du bien-être selon la Médecine Traditionnelle Chinoise et bien vivre ainsi l’énergie, la force du nouveau Printemps qui s’annonce …**

**Le 23/03/2025 au 118 Rue Mouneyra – 33000 Bordeaux**

**09.30 H Accueil et installation des participants (tisanes, thé, café …)**

**10.00 H Pratique Yin Yoga / L’Energie du Printemps (le foie, la colère, la frustration)**

**11.30 H Pause (tisanes, thé, café …)**

**11.45 H Reprise de la pratique Yin Yoga et méditation finale**

**13.00 H Fin de notre matinée Yin Yoga**

**Tarif : 60 €** (places limitées à 10)

**Infos & Réservations 06 61 19 07 06** [**www.methode-traditionnelle-chinoise.fr**](http://www.methode-traditionnelle-chinoise.fr)