Centre de Yoga Kundalini Tantra Ekongkar

[-]

Le centre Ek Ong Kar nous invite à découvrir le Kundalini Yoga, science ancienne issue de la tradition tantrique qui réunit plusieurs techniques de yoga comme les respirations, les postures dynamiques ou statiques et les méditations silencieuses ou chantés pour en faire un yoga complet et structuré. C'est un yoga particulièrement bien adapté à notre société moderne, agitée et stressée. Le Kundalini Yoga équilibre et dynamise beaucoup d'énergie profond notamment sur le système nerveux, immunitaire et glandulaire. Cette pratique est simple et accessible à tous, nul besoin d'expérience pour en ressentir rapidement les bienfaits.

Dans notre école, ce puissant yoga est transmis dans un souci d'exactitude et de fidélité à la tradition et il est enseigné sous sa forme originelle.

Le Centre de Kundalini Yoga Tantra Ekongkar est relié à l'École du Tantra de France. Non dogmatique et non sectaire, cette école est un formidable laboratoire où continue de s'élaborer la science de l'énergie et de ses applications dans le développement du potentiel humain. Le Centre Ekongkar fusionne les enseignements théoriques issus de grands maîtres tels que Yogi Bhajan, Osho, Anand Sharabi, Swami Satyananda et Swami Sivananda. Le Kundalini Yoga est la science de l'énergie, il est très spirituel et très puissant. Il vous apportera plus de force mentale, de courage, de rayonnement, de santé et de paix afin de franchir les étapes menant à la plus haute réalisation de soi.

Qu'est-ce que le Kundalini Yoga?

Le Kundalini Yoga est la science des ouvertures des canaux subtils (nadi) et du développement des chakra à travers les postures. À l'aide de puissants pranayama (respiration yoguique) et de visualisations, les énergies du corps physique et du corps subtil sont augmentées.

Le Kundalini Yoga vous aidera à dépasser vos limites et ainsi augmenter vos performances dans tous les domaines de la vie. Ce yoga est un outil millénaire, puissant et dynamique pour élever la conscience. C'est un système authentique d'exercice de contrôle du corps et une incomparable technique pour maîtriser le mental et la respiration.

Laissez vous emporter par les effets générés par le Kundalini Yoga. Venez essayer un cours!

Cours de Kundalini Yoga

[+]

Cours d’initiation au Kundalini Yoga

[+]

Formation de professeur

[+]

Contact

Pour vous inscrire

^