Grenoble

Le yoga à Grenoble passe par des activités multiples tel: des cours de hatha yoga, le Kailash Nath Yoga, les images eidétique, le yoga du rire, la médecine chinoise, l'aromathérapie, la sophrologie, la médiation et le Qi Gong.

Nathalie Hérault

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec Mme Nathalie Héraut afin de découvrir le yoga pour les enfants et plus.

Entrevue Radio

Écoutez cette entrevue avec Nathalie Héraut. Enseignante à Grenoble.

Pour rejoindre Mme Héraut

Nathalie Héraut
42 allée des Balmes
38600 Fontaine
Tel : 04 76 46 13 14 ou 06 71 71 06 63
www.air-eau.net

Pour la salle du Clair de l’Aube

2 rue d’Alpignano
38600 Fontaine
www.yoga-grenoble.net

ℹ Dans un entretien accordé au Courrier de l'Ouest, Sylvie Schmitt explique que

le yoga fait partie de moi. Le yoga permet de se poser. Il a beaucoup à nous apprendre sur nous-mêmes. C'est le calme intérieur, l'arrêt de l'agitation du mental, de toutes les pensées parasitaires
-Sylvie Schmitt

Liens intéressants

- L'organisme de formation Air et Eau
- Yoga Grenoble