

Yoga Toulouse

<http://www.yogasamadhi.fr/>



Namaste,

Bienvenue sur le site de Yoga Samadhi Toulouse. Vous trouverez ici des informations concernant nos [cours de Yoga](#) qui ont lieu dans le centre ville de Toulouse.

Yoga Samadhi Toulouse c'est :

- 6 cours par semaine
- 2 adresses à Toulouse centre ville
- Un professeur diplômé de la Fédération Française de Yoga

Le Yoga

Le cours de yoga que nous proposons est basé sur des enchaînements corporels. Une très grande précision est recherchée, en accord avec les besoins personnels de chacun. Les postures apportent force, souplesse, maîtrise et détente afin d'éviter (ou de réduire) les douleurs et les problèmes physiques éventuels dus aux mauvais placements. Lorsque le corps et le mental sont canalisés alors la pratique est plus intériorisée.

Lundi	Mardi	Mercredi	Vendredi	Samedi
	9h45-11h15 Institut AB		9h45-11h15 Institut AB	10h30-11h45 à venir
18h00-19h30 Institut AB	19h00-20h30 Gallery C	18h00-19h30 Institut AB		