



## Simplicité fondamentale

Une séance de rentrée, une séance de retrouvailles en « vrai » après une longue absence.

Une séance humble qui rappelle que ce ne sont pas les prouesses dans les postures qui comptent, mais la sincérité, la profondeur de la démarche. C'est une invitation à vivre les asanas, les respirations, comme si c'était la première fois et aussi la dernière. En yoga comme dans la vie, il n'y a jamais de répétition, c'est notre aveuglement ordinaire qui nous fait croire le contraire.

« Rien n'existe à part l'instant présent. » Eckhart Tolle

**Samedi 9 Octobre 2021 9h - 12h**

Lieu : Atelier des 3C, 2144 chemin de Simandres, Villette de Vienne

Inscription : [annie@lessensduyoga.fr](mailto:annie@lessensduyoga.fr)

*Tarif* : 30 euros