

# LES YOGIS EN TABLIER



ATELIER DE YOGA ET PEINTURE  
POUR ADULTES

  
**Kamala**  
YOGA & MÉDITATION

 LE PASSAGE  
BLEU

## LES YOGIS EN TABLIER

### une demi-journée dédiée au bien-être et à la créativité

*Les Yogis en Tablier* propose la pratique du yoga pour se détendre, habiter son corps, se connecter à soi, ainsi qu'une immersion dans la peinture pour exprimer ce qu'on ressent, poser un geste, laisser sur la toile une trace de cette expérience vécue sur le tapis. Un temps pour se tourner vers l'intérieur et un autre vers le dehors, pour donner à voir, partager par l'art cette expérience sensible et intime.

Marianne et Audren vous invitent à vivre cette expérience hors du commun. L'occasion pour les yogis de découvrir le plaisir de peindre et pour les peintres de s'initier à la pratique ancestrale du yoga. Une séance de yoga suivie d'un atelier peinture pour vous détendre et exprimer votre créativité!

#### La séance

Les dimanches 9 février et 5 avril 2020  
de 9h à 13h

A l'Atelier du Passage Bleu, 89A route des romains, Strasbourg  
65€/personne, matériel et collation compris

#### Les intervenantes

Formée auprès du centre de Yoga Vedanta, **Marianne** enseigne le yoga depuis deux ans. Elle aime adapter les postures aux besoins de ses élèves et accompagner chacun vers une meilleure connaissance de soi.

**Audren** pratique la peinture à l'huile depuis son plus jeune âge. Après une formation en école d'art à Paris, Strasbourg et Boston, elle installe son atelier à Strasbourg où elle crée et dispense des cours dans une atmosphère conviviale et chaleureuse.

**Si ce programme vous inspire, pensez à réserver votre place!**

**Informations et réservation auprès**

**de Marianne : [contact@kamala-yoga.fr](mailto:contact@kamala-yoga.fr) ou 06 61 68 32 07**

**d'Audren: [audrenbrisset@gmail.com](mailto:audrenbrisset@gmail.com) ou 06 61 53 93 69**