

Connexion avec la SOURCE LUMIERE
Samedi 7 octobre 2017 au Parc Chabrières, Oullins

« A la rencontre du divin en nous »
Connexion avec la SOURCE LUMIÈRE – notre ÂME ESPRIT



10h00 à 13h00 : SOMA-Atelier intense et inspirant,

Une expérience initiatique avec **KARTA SINGH Khalsa**, directeur enseignant et fondateur d'**AMRIT NAM SAROVAR École de Maîtrise Kundalini Yoga**

**« Quand je sais que je sais, je fais confiance à cette présence vivante en moi,
Le Divin et moi sommes UN.
Comment je le sais ? Par le cœur »**

14h00 à 14h45

AUM – sa signification spirituelle, son origine et symbolisme, son importance en Yoga et dans la pratique méditative, présenté par Seva Karam Singh (Laurent Peyret)

15h00 à 16h00

MANTRA Kundalini Yoga chants avec Harcharan Kaur et Singh (Nicole et Rémi Aillaud)

16h15 à 17h45

PRANAYAMA – L'Expérience du Souffle, notre énergie de Vie, sa canalisation et maîtrise

avec Rajesh Gautam et pour terminer la journée

YOGA NIDRA – relaxation en conscience avec Karina Siri Kirin Kaur

Inscriptions par email : o.k.etoile@free.fr - nicoletremiaillaud@sfr.fr

Tarif à régler sur place : 70 Euros

Lieu : Salle des fêtes du parc Chabrières, 44 Grande Rue d'Oullins, 69600 Oullins

Bus : 10, 14, 63, 44 - arrêt Pont d'Oullins, Métro B depuis Part Dieu ou Gerland - Terminal Oullins situé à 200 m du parc. Parking à l'intérieur du parc. Venir avec un tapis Yoga, une couverture et un coussin.

Pause pique-nique à 13h00 dans le parc ou dans une salle.