



B'YOGA
SANTÉ

2ÈME ÉDITION « RENCONTRE YOGA ET BIEN-ÊTRE À SOLEILMONT »

ATELIER : Conférence « Ayurvédà »

PROF : Isabelle Chatel

DESCRIPTION DE L'ATELIER

L'ayurvédà, la science de la vie,

Comprendre qui nous sommes sous le regard de cette médecine ancestrale est une aventure responsable et engageante.

Durant cet atelier/conférence, nous irons explorer,

- les différents Dosha (vata, pitta, kapha)
- le lien entre la nature et les différentes constitutions
- La constitution de base (prakriti) – les déséquilibres (vrikriti)
- Quelques outils yogiques au service de chaque dosha

PRÉSENTATION DU PROF

Isabelle Chatel, fondatrice de YOGA'N BEING.