

© YOGA ANGOULÊME CHARENTE



Énergie de joie

Envie d'un week-end 100 % yoga, pour petits et grands ? Du 13 au 14 mai, l'enseignante Frédérique Buisson le met à l'honneur sous toutes ses formes au centre de plein air du Chambon, en Charente, propriété de 90 hectares nimbée de verdure. Organisé au profit de l'association Karuna-Shechen créée par Matthieu Richard pour venir en aide aux plus démunis d'Inde, du Tibet et du Népal, ce grand festival de yoga réunira aussi bien des yogis chevronnés que des débutants, sous le signe du vivre ensemble, dans une

énergie de joie et de bienveillance. Un riche programme de cours (hatha yoga, yin yoga, yoga nidra, AcroYoga...), de marches méditatives autour du lac bordant le Chambon, de découvertes (qi gong, do in, chants sacrés bhajans...), d'activités en famille (cours parents/enfants, escalade, VTT, randonnées...) et de conférences déclinant le yoga autour de thèmes comme l'alimentation, l'éducation ou les stratégies de réussite. Inscription dans la rubrique "Stages et événements" sur www.yoga-angouleme.com



Transformer sa vie

Un événement incontournable se profile pour la rentrée de septembre ! Attendu depuis très longtemps en France, Eckhart Tolle sera pour la première fois à Paris le 16 septembre prochain pour une conférence exceptionnelle : comment transformer sa vie radicalement grâce au moment présent. Cet homme qui après une longue histoire de dépression et de désespoir a connu une expérience d'éveil spirituel est devenu l'un des maîtres spirituels les plus influents de notre époque. Ne défendant aucune doctrine particulière, son message est porté par une expérience profonde, authentique et radicale. La conférence est complétée par un atelier de 2 heures 30 de mise en pratique transformative par le corps, inspiré des enseignements d'Eckhart Tolle, avec Kim Eng. Eckhart Tolle au Grand Rex à Paris, le 16 septembre 2017. Pour réserver vos places : caramba.trium.fr/index.php/39/manifestation/13070