

■ CENTRE DE YOGA ET D'AYURVEDA 58

" Le Centre de Yoga et d'Ayurvéda de la Nièvre : CYA58, propose à Coulanges Lès Nevers

- *des cours collectifs et individuels et formations en Yoga*
- *des soins traditionnels selon l'Ayurvéda* et des stages de découverte (cuisine et diététique, modelage abhyanga, automassage, jeux ayurvéda) et des formations*
- *du Vastu : feng shui indien, l'art d'harmoniser les lieux de vie pour le bien-être des habitants*
- *des cures et des séjours bien-être associant yoga et ayurvéda*
- *nous accueillons aussi d'autres intervenants dans ce lieu dédié au bien-être et à la connaissance de soi*

** L'Ayurvéda est la médecine traditionnelle indienne qui propose une approche holistique et naturelle de la santé basé sur des principes millénaires, associant les soins du corps, les pratiques de Yoga, la diététique, la phytothérapie, le style de vie.... "*

Président : Lilian FAURE

Tél.: 09 81 93 06 48

Tél.: 06 64 41 61 57

E-mail : cya58@free.fr

Site internet : <http://cya58.fr>