



Éclairer l'être dans la création de son propre chemin, en l'accompagnant dans son évolution et sa transformation globale grâce à mon discernement et mon écoute unique afin qu'il occupe sa place aisément.

COURS DE YOGA & THÉRAPIE PRIVÉE

SESSION AUTOMNE 2025 DÈS LE
1ER SEPTEMBRE À PALMAROLLE

Accompagnement en groupe ou privé

- Les blessures émotionnelles
- Insécurité financière
- L'éveil des chakras
- L'éveil spirituel
- Les dépendances et les personnalités difficiles
- Les saines habitudes de vie
- Introduction naturothérapie
- L'intervention familiale
- Le deuil, les maladies et le suicide
- Autonomie affective
- Sagesse autochtone
- Nature cyclique
- Féminin sacré
- Ikigai

Sessions ou séances de Yoga en groupe

- Pranayama (Respiration)
- Philosophie du Yoga
- Mantras
- Mudras
- Introduction à la méditation
- Anatomie
- Style Vinyasa & Hatha Yoga

Services offerts pour :

- Privé
- Groupe
- Corporatif
- Institutionnel
- Événementiel
- Sur mesure

**VIRGINIE LAGRANGE PROFESSEURE DE YOGA &
THÉRAPEUTE EN RELATION D'AIDE COMPLÉMENTAIRE**

819-333-8181

vasuthérapie.trac@hotmail.com

