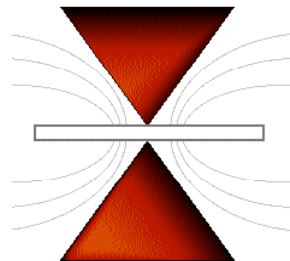


KUNDALINI YOGA

Stage de Yoga du 28 au 30 Mars 2008

animé par Vincent Baettig, IKYTA Teacher, au Centre de Kundalini Yoga,
15, rue du Contrôle, CH-2503 Bienne, Suisse, tel +41 79 356 67 50



Sujet de Mars, 1^{er} Temps Roi de la Saison du Printemps
et 1^{ere} Lune de Printemps :

l'Energie des Kriyas de la Lumière, du Vent et du Bois

KRIYAS de RADIANCE “ Rayonnement Lumineux des Corps Subtils ”

Pratique du Kundalini Yoga de Printemps

(The Body & Mind Yoga Season / the move from the 4th Full Moon of Winter
to the 1st Full Moon of Spring)

Asthanga Vinyasa Yoga, Kundalini Yoga & Yoga Taoïste

Vendredi soir 18h15 à 22h, samedi matin 9h30 à 12h30 + après-midi 14h00 à 17h30,
dimanche matin de 9h30 à 12h30 :

Le printemps sonne l'heure de l'émergence des énergies Yang de Renouveau, et de la projection des Energies de Vie dans la Matière. Elles créent idées, intuition, visions, initiatives, volonté, mobilité, animalité, puissance et souplesse. Mais elles créent aussi assurément colère, haine, inflexibilité, fanatisme, aveuglement, rigidité et irritabilité, si le corps n'est pas à cette occasion totalement nettoyé, assoupli et purifié de toutes les toxines accumulées pendant l'hiver ou le cycle précédent. Les kriyas de “**Radiance**” travaillent sur la force et la souplesse du corps (muscles, ligaments, articulations, tendons) et la lumière de l'esprit comme nous peut l'apprendre la belle tradition de l'ancien Hatha Yoga ou du TaiSo, le Yoga Traditionnel Japonais (préparation au théâtre No, Kabuki et arts martiaux) Les kriyas de “**Radiance**” travaillent sur la force de la pensée créatrice, sur la lumière, la radiance et la clarté de l'esprit dans la tradition du Kriya Yoga.

Ces stages et séminaires de Yoga sont ouverts à tous, et peuvent servir autant de stage d'initiation et d'expérimentation que d'approfondissement. On fait sur 3 jours un travail extraordinaire et incomparable à celui d'une pratique hebdomadaire ou solitaire.

Une connaissance du Hatha Yoga traditionnel n'est pas nécessaire,
mais peut être d'une aide bienvenue.