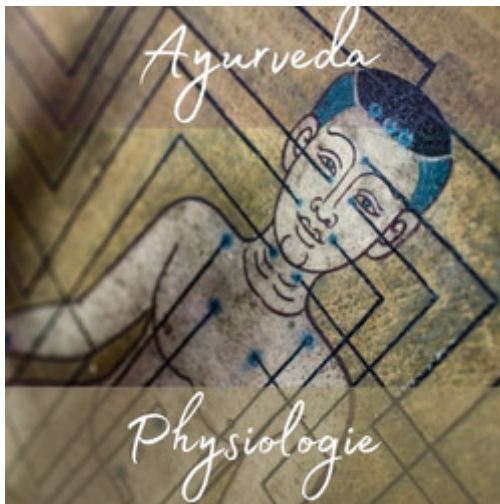


**2022 05 - Matinée d'Ayurveda - 3. « Physiologie ayurvédique » - REPLAY EN LIGNE**

EN LIGNE DATE: 22 mai 2022 INTERVENANTE: Isabelle Moysan (Hernandez) Fait partie du cycle de 3 Matinées d'Ayurveda 2022



**Référence :** matIsa22\_3

**Prix :** 40.00 €

**2022 05 - Matinée d'Ayurveda - 3. « Physiologie ayurvédique »**

Cette matinée de yoga fait partie du cycle de 3 matinées 2022 d'approfondissement de l'Ayurveda.

Il n'est pas nécessaire de vouloir suivre tout le cycle pour participer.

**Public:** Les matinées d'Ayurveda sont destinées à toute personne souhaitant approfondir sa compréhension de l'Ayurveda. Les ateliers incluent également la pratique de yoga en lien avec la thématique. Il est donc préférable d'avoir été initié au yoga mais cela reste ouvert à la découverte.

**Nombre de participants :** minimum 10.

**Cycle «Ayurveda au quotidien»**

# Matinée d'Ayurveda - 3. Physiologie ayurvédique - REPLAY EN LIGNE

**dimanche 22 mai 2022**

de 8h30 à 12h

Session Zoom en direct

avec [Isabelle Moysan \(Hernandez\)](#)

## Programme de la matinée:

Nous aborderons la physiologie ayurvédique en explorant les différents « tissus » de notre corps :  
les tissus musculaires, adipeux, osseux, nerveux, ...

Cette approche nous permet de comprendre l'interaction entre toutes les parties de notre être.

Nous explorerons ces différents tissus à travers

Des conseils ayurvédiques Des conseils diététiques Des pratiques de yoga adaptées, ...

Nous explorerons aussi les spécificités en fonction des différentes constitutions ayurvédiques.

Cette matinée alternera les aspects d'"exposé" (notamment via le partage d'un PowerPoint), de pratique de yoga, d'expériences pratiques, temps de questions/échanges, ...

(avec une pause de 10 minutes en cours de matinée)

Après la matinée de yoga, chaque participant recevra la présentation (format pdf), en guise de support.

## Apporter:

Le matériel qui vous sera nécessaire pour l'atelier vous sera transmis 2-3 semaines en avant la date d'atelier.

## **Session Zoom:**

Un lien Zoom vous sera envoyé 2 jours avant l'atelier.

### **Vidéo Zoom**

Les participants aux sessions en direct recevront la vidéo de la session Zoom qui restera disponible pendant 3 mois. Isabelle aura des interactions avec le groupe et la galerie des participants sera parfois affichée. C'est pourquoi le replay sera à usage restreint.

## **Cycle «Ayurveda au quotidien»**

### **Dates des 3 matinées de d'Ayurveda du cycle 2022:**

Voici les dates des matinées d'approfondissement du yoga de l'année scolaire:

**dimanche 16 janvier 2022:** 1. Diététique ayurvédique

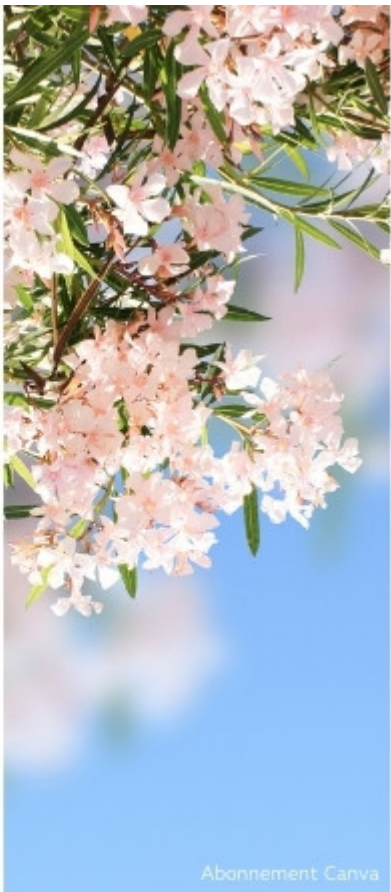
**dimanche 3 avril 2022:** 2. Dinacharya, la routine ayurvédique quotidienne

**dimanche 22 mai 2022:** 3. Physiologie ayurvédique

Il n'est pas nécessaire de vouloir suivre tout le cycle pour participer.



Abonnement Canva



Abonnement Canva



Pancha Mahā Bhūta | les 5 états de matière

Ākāsha



Ether



Vāyu



Air



Agni



Feu



Jala



Eau



Prithivi



Terre

[Lien vers la fiche d'inscription](#)