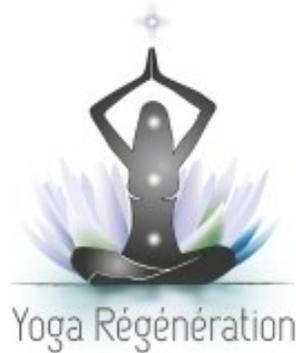


**MATINÉE**

## **YOGA de la RÉGÉNÉRATION**

### **YOGA du SYSTÈME NERVEUX**



**Dimanche 2 février 2025**

**de 9h00 à 13h00**

**à TARBES**

**Enseignante**

**Jacqueline Reignier**

***Le mot Yoga signifie Union  
du Corps et de l'Esprit***

Venez pratiquer un yoga simple et efficace qui agit de manière intense sur la **Régénération**

Cet enchaînement basé sur la physiologie est le résultat de nombreuses années d'expérience dans le domaine de la régénération physique et psychologique et de la pratique du mouvement régénérant.

L'enchaînement que vous pratiquerez est une synthèse de

- différents types de yoga,
- la biokinégy (mouvements santé)
- la connaissance de la physiologie
- le respect des mécanismes intelligents de la Vie qui anime notre organisme.

Yoga tonifiant dont une partie dynamique, respirations, relaxation, cohérence cardiaque.



**Lieu : TARBES**

**Tarif : 38 €**

**28 €** pour les personnes bénéficiaire du RSA, ASS,  
étudiants (- de 25 ans),

Dont **15 €** d'arrhes à l'inscription

Enseignante :

**Jacqueline Reignier**

Enseignante en Yoga-Régénération, Yoga du Système Nerveux

Naturopathe Vitaliste

Conseillère Bien-Être en Huiles Essentielles

Coach Neurobiologie

Massothérapeute



Tél. : **06.12.92.36.69.**

Mail : **j\_reignier@yahoo.fr**

Site internet :

**[www.ateliers-bien-etre.fr/yogadelaregenerationstage.php](http://www.ateliers-bien-etre.fr/yogadelaregenerationstage.php)**



[www.facebook.com/jacqueline.reignier.3](https://www.facebook.com/jacqueline.reignier.3)

Siret : 519 304 760 00035

**Je vous propose aussi... :**

- ◆ Consultations gestion du stress et des émotions
- ◆ Massages (massage global, massage des 5 continents, massage du dos, massage visage, pieds...)
- ◆ Aroma Tao
- ◆ Ateliers Huiles Essentielles
- ◆ Ateliers, conférences



STAGES :

- ◆ Gérer ses émotions par l'écoute de l'enfant intérieur  
**date à venir**
- ◆ Développer son ressenti et la présence à soi Expression créatrice (dessin, collage...)
- ◆ Séjours Régénération et Retour à soi.

**SÉJOURS ET STAGES** en France,  
dans le Désert et en Inde



**WEEK-END & SÉJOURS DÉTOX :**

- ◆ **Cure de détox**
- ◆ Séjour **Jeûne, Centrage, Sérénité** dans les Pyrénées