

Communiqué de presse
Saint-Savin, le 18 août 2022

Abbaye de Saint-Savin – Samedi 10 septembre Zen attitude à l'abbaye !

Les jardins de l'abbaye de Saint-Savin, inscrite au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, se transformeront le temps d'une journée en *Jardins du Yoga* le samedi 10 septembre prochain. Nul doute que la méditation, l'ascèse et les exercices corporels permettront aux adeptes du yoga mais aussi aux novices d'être en totale union avec le lieu !

Le 10 septembre prochain sera entièrement dédié au yoga, une journée organisée en partenariat avec Dora Aranyas de *Being Human*. De nombreux cours de yoga seront proposés sur les thématiques du Muladhara, Chakra de la racine Prithivi, élément terre ancrage.

Des séances à pratiquer en famille, avec des amis ou seul qu'il s'agisse de yoga sonore, yoga postural, yoga thérapie, respiration ou encore méditation. En marge des cours de yoga, des ateliers scientifiques et autre chasse au trésor seront également proposés aux enfants..



Tous les horaires de cours à retrouver sur le site internet de l'abbaye.

Tarifs : 35€/adulte et 5€/enfant moins de 12 ans (cours de yoga seul) / 20€/enfant de moins de 12 ans (cours de yoga et animations)

Inscriptions / Réservations : www.abbaye-saint-savin.fr

Dossier de presse et photos sur simple demande

Renseignements presse
Antonin Barrault-Baudy
Tél. 05 49 84 38 67 – contact@abbaye-saint-savin.fr