

# YOGA

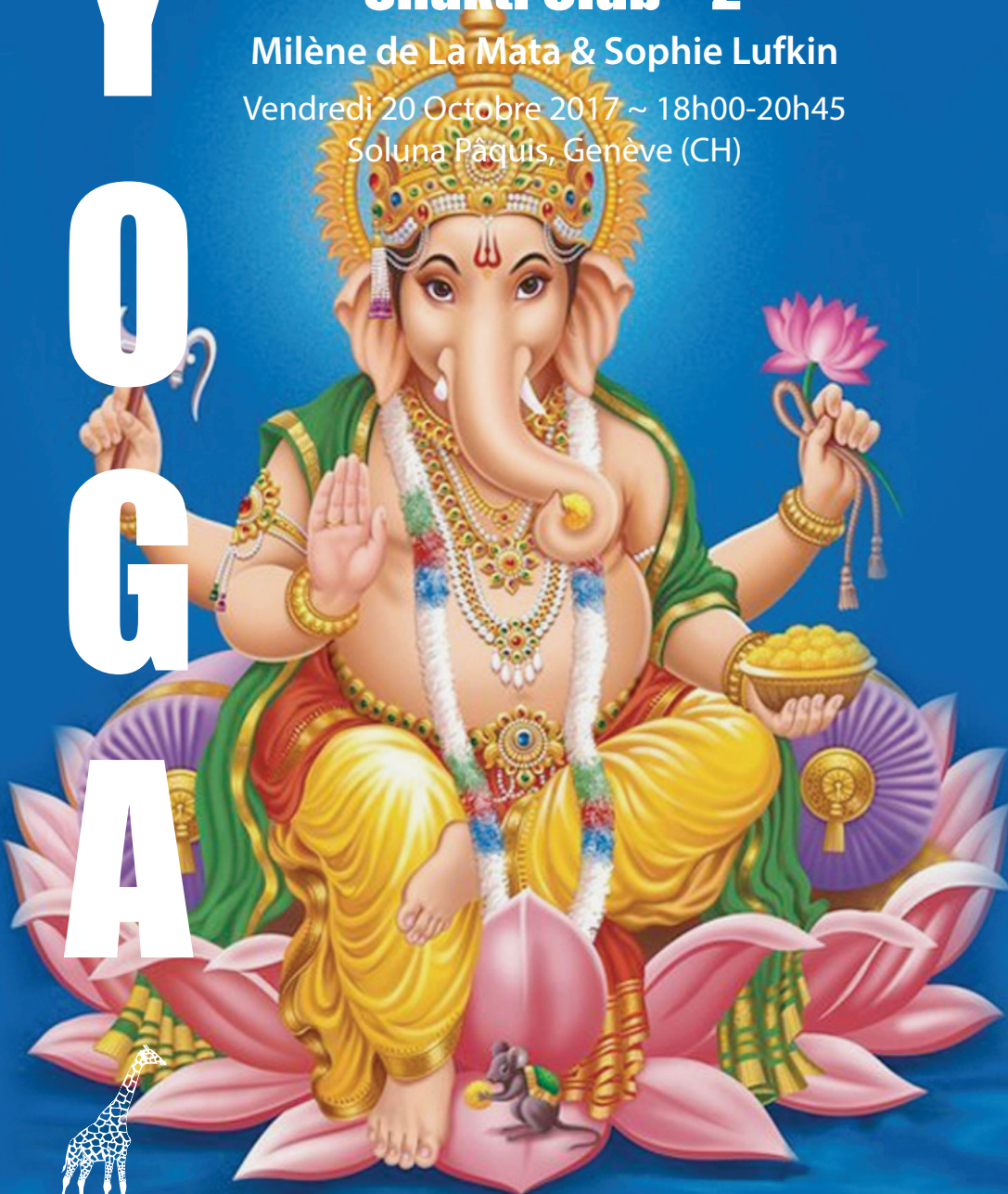
Vinyasa Yoga ~ Live DJ Set ~ Cérémonie Cacao

## ~ Shakti Club # 2 ~

Milène de La Mata & Sophie Lufkin

Vendredi 20 Octobre 2017 ~ 18h00-20h45

Soluna Pâquis, Genève (CH)



Vinyasa Yoga ~ Live DJ Set ~ Cérémonie Cacao

## ~ Shakti Club # 2 ~

Milène de La Mata & Sophie Lufkin

Vendredi 20 Octobre 2017 ~ 18h00-20h45

Soluna Pâquis, Genève (CH)

Shakti Club, c'est le nouveau rendez-vous festif des yogis en quête de réjouissances musicales. C'est la rencontre entre une artiste DJ, installée aux platines pour distiller ses notes envoûtantes, et une pratique guidée de Vinyasa Yoga destinée à libérer le corps et l'esprit en alliant dynamisme, fluidité et créativité. Pour cette deuxième édition, nous nous initierons au rituel shamanique de la cérémonie du cacao. Ensemble, grâce à ce pouvoir de transformation, nous célébrerons le véritable potentiel de notre énergie intérieure... réveillons notre Shakti !

Rejoignez-nous pour un moment de connexion profonde à notre souffle et au plaisir du mouvement en musique. L'atelier est ouvert à tous les niveaux, des options seront proposées. Yogis qui aimez bouger, soyez les bienvenus !

Sophie a beaucoup pratiqué la danse avant de découvrir le yoga, qu'elle a étudié en Suisse, en France, au Mexique et aux Etats-Unis. Sophie est certifiée en Ashtanga Yoga, Prana Flow Yoga et AcroYoga Montreal. A travers son enseignement, elle transmet sa passion pour le yoga: un jeu entre puissance et souplesse, qui nous aide à explorer nos limites, nos résistances, notre équilibre et notre sens de l'humour.

Milene se passionnera très jeune pour la musique et la danse. Grande collectionneuse de cds et vinyles et adepte des dancefloors, elle troquera sa place contre celle du Dj. Elle mixera pendant 10 ans pour le plus grand plaisir de ceux qui l'ont écouté ici et ailleurs. Pratiquante de yoga depuis 17 ans, elle saura accompagner mouvement et respiration à travers sa sélection musicale.

Participation : CHF 60.-

Soluna Pâquis ~ 18 rue du Môle ~ 1201 Genève (CH)

Information & inscriptions : [info@solunayoga.ch](mailto:info@solunayoga.ch)

[www.solunayoga.ch](http://www.solunayoga.ch) ~ [www.yoganimals.ch](http://www.yoganimals.ch)

