



JOURNEE PORTES OUVERTES

**samedi 30
septembre
2017**

**10 h à 17 h
en continu**

UCY

**14 rue Violet
à BESANCON**
(Quartier Saint Claude)

**Espace associatif
Simone de Beauvoir**
(Face Lycée St Jean)

**Permanence
téléphonique ce jour :**
03 81 82 37 45

- **SEANCES DE YOGA GRATUITES Sur inscription***

Le matin : 10h30 ; 11h45 et l'après-midi : 14H ; 15H30.

Avec des enseignants de différentes Ecoles.

- **EXPOSITION : A voir ou à revoir !**

les expositions des années précédentes

"La méditation" (2009) ; "Découverte des mandalas" (2010)

"Les Origines du Yoga" (2011) ; "Le souffle" (2012)

"Les différentes lignées du yoga" (2013) ; "L'alimentation saine" (2014)

"Qu'attendons-nous d'un cours de yoga ?" (2015) ;

"La posture, pour quoi faire ?" (2016)

11h & 15h : discussion ouverte sur les différents thèmes de l'exposition.

- **Découvrir les cours de yoga**

Des professeurs de la région Franche Comté (adhérent UCY)

- **Présentation du programme UCY 2017/2018**

- **Informations sur le yoga (écoles, philosophie...)**

- **Ouverture de la Bibliothèque**

*Renseignements : Martine Oehl : martine_oehl@yahoo.fr

• Domicile 03 81 81 26 64

• Mobile 0633089034