



JOURNEE PORTES OUVERTES

**samedi 29
septembre
2018**

**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**

EXPOSITION : **« Hatha-Yoga »**

***Spécificité des
Approches au fil des
stages de l'UCY***

La popularité du Hatha-Yoga en occident n'a d'égal que son extrême diversité !

On assure d'ailleurs volontiers qu'il existe autant de yoga que d'enseignants de la discipline... Sans aller jusque-là, force est de constater que l'on se perd quelque peu dans les styles, les appellations ou les lignées...

**l'UCY voudrait vous
aider à y voir plus clair !**



➤ visible en continu une VIDEO sur le hatha-yoga

SEANCES GRATUITES de YOGA

sur *inscription

Matin : 10h30 & 11h45

Après-midi : 14H15

& 15H30.

**Avec des professeurs
adhérents à l'UCY qui vous
feront découvrir différentes
approches de HATHA-YOGA**

Venez découvrir l'UCY :

***Ses activités, présentation du
Programme 2018 / 2019***

- **Cours de yoga en Franche Comté**
des professeurs adhérents à l'UCY
- **Informations sur le yoga :**
écoles de formation, philosophie...
- **Ouverture de la Bibliothèque :**
800 livres, revues, CD et documents ...

* Renseignements : Martine Oehl :
martine_oehl@yahoo.fr
0381812644 - 0633089034