



INITIATION AU KRIYA YOGA DE BABAJI

16-17 mars 2024
69870 St Just d'Avray

Le Kriya Yoga de Babaji est une pratique spirituelle des anciens maîtres yogiques les Siddhas, vers la réalisation du Soi et la création consciente de la vie. C'est un art et science accessible à tous.

Durant la première initiation on reçoit les techniques essentielles, les kriyas, afin d'éveiller et développer notre potentiel endormi.

- Mantra et puja
- 6 phases de Kriya Kundalini Pranayama pour activer l'énergie primordiale
- 7 techniques de Dhyana Kriya pour la maîtrise et purification du mental
- 18 postures de Kriya Hatha Yoga pour vitaliser le corps physique

Horaires :

Vendredi 19h séance d'information libre

Samedi de 8h15-17h30

Dimanche de 8h30-17h00

Contribution suggérée 300 euros

Inscriptions et info : sitayoga.blogspot.com , kriyasita@gmail.com



Sita Leite a été initiée en 2004 par M G Satchidananda et depuis elle a suivi une série de préparations afin d'être autorisée à transmettre les trois niveaux du Kriya Yoga. Elle est au service de cet oeuvre

