SESSIONS THÉMATIQUES - YOGA SUR LE CAMPUS DE VERSAILLES

Découvrez nos séances thématiques de yoga !

Du 8 juin au 6 juillet 2026
12h30 / 13h30
Campus des sciences
45 avenue des états-unis
78000 Versailles

Pour clôturer la saison en douceur et prendre un temps pour soi, nous vous proposons plusieurs rendez-vous autour du bien-être, de la relaxation et de la pratique du yoga. Hatha Yoga, Yoga Nidra accompagné d'un bain sonore, méditation et pranayama ou

encore yoga sur chaise : chaque séance invite à explorer une approche différente favorisant détente, équilibre et sérénité. Retrouvez-nous les 8, 15 et 22 juin, le 24 juin ainsi que le 6 juillet pour ces moments de ressourcement accessibles à tous.

- **Lundi 8 juin :** Hatha Yoga
- **Lundi 15 juin :** Nidra & bain sonore
- **Lundi 22 juin :** Méditation & pranayama
- **Mercredi 24 juin** : Yoga sur chaise (mini méditation)
- **Lundi 29 juin :** Nidra & bain sonore
- **Lundi 6 juillet :** Hatha Yoga

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Tarifs

- **Etudiant et personnel :** gratuit

Accès libre

SUAPS
Christel Allegri
christel.allegri@uvsq.fr - 01 39 25 50 92

Maison de l'étudiant – bureau 107
1, allée de l'astronomie
78280 Guyancourt
info.suaps@uvsq.fr