



université PARIS-SACLAY

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

Inscription

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