

# YOGASANA LIMOGES

## REPOS LUNAIRES 2018-19

TRADITIONNELLEMENT LE YOGA ASHTANGA EST PRATIQUÉ SIX JOURS SUR SEPT AVEC UN JOUR DE REPOS LES JOURS DE PLEINE LUNE ET DE NOUVELLE LUNE. LA POSITION DE LA LUNE A UN EFFET SUR LES MARÉES, LA CROISSANCE DES VÉGÉTAUX ET LE COMPORTEMENT INSTINCTIF DES ANIMAUX.. ÉTANT CONSTITUÉS À 70% D'EAU LES HUMAINS NE SONT PAS EXCLUS DE CES EFFETS. LES JOURS DE PLEINE ET NOUVELLE LUNE LA SENSIBILITÉ DE NOS SYSTÈMES PHYSIOLOGIQUES ET NERVEUX EST AMPLIFIÉE CAR LES ÉNERGIES SONT À LEURS EXTRÊMES: ABONDANTES AVEC LA PLEINE LUNE ET RÉDUITES AVEC LA NOUVELLE LUNE. C'EST POURQUOI LE POTENTIEL À DÉPASSER NOS LIMITES EST AUGMENTÉ. IL EST DIT QUE QUAND NOUS RESPECTONS LES RYTHMES NATURELS DE LA NATURE, L'ORGANISME ET LE MENTAL SONT PLUS SAINS LE SYSTÈME NERVEUX APAISÉ.

CHEZ YOGASANA LIMOGES NOUS HONORONS CE SYSTÈME AFIN DE PROTÉGER NOS ÉCHANGES À TRAVERS LA PRATIQUE.

 = PLEINE LUNE     = NOUVELLE LUNE

2018	
DIMANCHE 9 SEPTEMBRE	
MARDI 25 SEPTEMBRE	
MARDI 9 OCTOBRE	
MERCREDI 24 OCTOBRE	
MERCREDI 7 NOVEMBRE	
VENDREDI 23 NOVEMBRE	
VENDREDI 7 DÉCEMBRE	
DIMANCHE 22 DÉCEMBRE	
2019	
DIMANCHE 6 JANVIER	
LUNDI 21 JANVIER	
LUNDI 4 FÉVRIER	
MARDI 19 FEVRIER	
MERCREDI 6 MARS	
JEUDI 21 MARS	
VENDREDI 5 AVRIL	
VENDREDI 19 AVRIL	
DIMANCHE 5 MAI	
SAMEDI 18 MAI	
LUNDI 3 JUIN	
LUNDI 17 JUIN	
MARDI 2 JUILLET	
MARDI 16 JUILLET	
JEUDI 1ER AOÛT	
JEUDI 15 AOÛT	