

Communication à tous les abonnés de l'Espace Zen

Chers yogis,

Vue la situation et les conseils du Gouvernement, nous avons décidés de faire les séances de yoga via internet à partir de lundi 15 mars, pour les groupes de plus de 8 personnes.

Mêmes horaires et en direct, la seule différence étant votre emplacement, max 8 seront en salle et le reste de chez eux (organisé par votre prof)

Le système, Zoom.us, nous permettra d'avoir une expérience agréable et de communiquer en directe et de se voir. Donc une nouvelle expérience en perspective.

Comment ça marche?

Je vous envoie une invitation pour votre séance de yoga habituelle par mail, à l'heure de la séance vous vous préparez chez vous, avec votre ordinateur ou téléphone ou Ipad et votre tapis de yoga. A chaque séance votre prof vous dira si vous avez besoin de plus de matériel.

Vous pouvez changer vos séances, comme d'habitude, simplement prévenez-moi. Et vous pouvez aussi récupérer des séances. Il suffit que vous me demandiez l'accès de séance de yoga habituelle et je vous envoie le lien pour participer en direct.



Votre adresse email

J'ai besoin d'avoir votre adresse mail, je les ai normalement toutes mais avec beaucoup d'erreur, donc svp envoyez moi un mail a espacezen06@gmail.com depuis votre compte avec votre nom, prénom, type d'abonnement et créneaux habituelle pour créer les groupes sur ZOOM.

Séance Exceptionnel dans le contexte actuel. Booster le système Immunitaire (gratuite via ZOOM)

Dimanche 15 mars de 18h30 à 19h30 je vous propose de faire une séance de test avec le thème «Booster le système immunitaire avec la yoga thérapie »Article disponible [ici](#). Pour participer envoyez moi un mail depuis votre compte.

Merci pour votre compréhension et je compte sur vous dans cette nouvelle étapes!