



Exercices

1. Choisissez le pronom relatif correct: *qui*, *que* ou *dont*.

1. Le yoga, _____ remonte à plusieurs siècles, est pratiqué dans le monde entier.
2. Les maîtres yogis ont développé des approches différentes _____ se réfèrent aux mêmes textes.
3. La méditation, _____ est le pilier central, se pratique en maintenant son attention sur des sons.
4. On commence par échauffer lentement le corps et plus particulièrement les groupes musculaires _____ le professeur souhaite travailler en profondeur.
5. La salutation au soleil, _____ est un rituel du hatha yoga, consiste en un enchaînement de postures.
6. Le yoga est un art de vivre, _____ permet de se connecter à son corps et à son esprit.
7. Les postures, _____ sont tenues plusieurs secondes, imitent souvent celles des animaux.

2. Exercices écrits

- a. Avez-vous déjà pratiqué le yoga? Si oui, partagez brièvement votre expérience. Si non, pourquoi n'avez-vous pas encore essayé?

- b. Parmi les types de yoga mentionnés dans l'article (dynamique, statique, doux), lequel vous semble le plus attirant et pourquoi?

RÉPONSES

Quiz - 1. - b; 2. - c; 3. - b; 4. - d; 5. - b; 6. - c; 7. - d.

1. 1. - qui; 2. - qui; 3. - qui; 4. - que; 5. - qui; 6. - qui; 7. - qui; 8. - dont.