

Samedi 22 avril 2017

14h00 à 17h00

ATELIER YOGA

la Voie du Souffle et ses manifestations

Dépenser de l'énergie pour respirer, c'est la manière de respirer.
S'alimenter à l'aide de la respiration, c'est l'art de respirer.

Une pratique de yoga pour nous sensibiliser au corps de l'énergie.

Nous explorons, pas à pas, nos ambiances intérieures en abandonnant nos résistances afin de favoriser et installer une respiration subtile sur le fil d'une pratique posturale du yoga de l'Énergie.

Prendre conscience de cette Présence subtile qui nous cherche et nous rythme.

Animateur

Gianna Dupont

Professeur Yoga de l'Énergie depuis 1975. Élève de Roger Clerc
Formatrice à l'École Française de Yoga (EFY Paris) et à l'Académie du Yoga de l'Énergie Paris et Bordeaux.

Tarif : 35 € (ou 30 € pour les adhérents de l'Association Yoga en Vexin)

Lieu Atelier : Dojo 2 rue de la fontaine 60240 Montagny en Vexin (10 km au nord de Magny en Vexin)

Pour tous renseignements : Touria Cadet 06 84 06 27 93 touria.cadet@orange.fr www.yoga-en-vexin.fr

En cas d'annulation, inférieure à 8 jours précédant l'atelier, aucun remboursement ne pourra être effectué. Merci de votre compréhension

Atelier 22 avril 2017

Bulletin d'inscription à envoyer à l'adresse de l'Association ci-dessous ou à remettre lors des cours.

Le nombre de places est limité. La réservation est effective si elle est accompagnée d'un chèque de 35 € (ou 30 € pour les adhérents) à l'ordre de "Association Yoga en Vexin", chèque encaissé seulement après l'atelier.

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Tél. : _____ E-Mail _____

L'association Yoga en Vexin se réserve la possibilité d'annuler l'atelier si le nombre d'inscrits n'est pas requis. Dans ce cas votre chèque vous sera retourné.