

# FEDERATION OCCIDENTAL YOGA

Formation, Le Yoga Thérapeutique :

Stage 14 et 15 mars 2020

## « L'éducation d'un Être, est l'élévation spirituelle »

- Ce n'est pas le Maître qui transmet la connaissance Suprême à son disciple, c'est la relation dévotionnelle

### Sommaire :

- L'esprit de perfection et mise en garde
- L'Être contemple ce que l'esprit lui présente
- La posture : Urdhva dhanurâsana
- La posture : Gomukhâsana
- 6 séances de yoga
- 1 cours individuel en direct



Animé : par Christian Dollet

Lieu : Ecole de Yoga de Voiron, 8 rue des Terreaux 38500 Voiron

Renseignements : [dolletchristian@gmail.com](mailto:dolletchristian@gmail.com)