

Stage/Formation/Yoga

« Les 9 samedis du yoga l'action
et
les 9 dimanches yoga randonnée »



Les 9 samedis « Le yoga de l'action et la Taittirîya Upanishad (la transformation vers l'autonomie et la liberté) ».

**Avec et 2 pratiques longues de 2h30
et 2 éléments philosophiques de 30 minutes**

- Des documents pratiques et philosophiques vous seront donnés pour pratiquer et relire l'enseignement à la maison.
- Des journées de pour compléter ou commencer votre étude pratique et philosophique sur le Yoga.

Inscription : signaler votre présence simplement en envoyant un e-mail à l'adresse suivante :
dolletchristian@gmail.com

Les dates : samedi 30 octobre, samedi 27 novembre, samedi 18 décembre 2021, samedi 22 janvier, samedi 12 février, samedi 5 mars, samedi 23 avril, samedi 21 mai et samedi 2 juillet 2022

Le lieu : École de yoga de Voiron, 8 rue des Terreaux 38500 Voiron

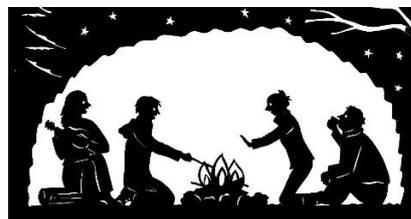
Les horaires : de 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures.

Les modalités : 75 € pour une journée (70 € adhérents), 40 € la demi-journée (35 € adhérents)

les 9 dimanches randonnée



« Une journée de
détente sportive entre amis
et familles en pleine
nature »



Horaires : Départ de Voiron 8h30 et retour 17h00

Lieu : En montagne

les dates : dimanche 31 octobre, dimanche 29 novembre, dimanche 19 décembre 2021, dimanche 23 janvier, dimanche 13 février, dimanche 6 mars, dimanche 24 avril, dimanche 22 mai, dimanche 3 juillet 2022.

Tarif : Gratuit

Email : dolletchristian@gmail.com

Site : www.yoga-stages-sante.fr