

# Le Yoga Occidental

École de Yoga de Voiron

## Les 9 Samedis du

# « Yoga de l'Action et la Santé Mentale »

26 novembre, 17 décembre 2022

07 janvier, 04 février, 04 mars, 01 avril, 06 mai, 10 juin  
01 juillet 2023



- Ces journées comportent des grandes pratiques de yoga et des enseignements philosophiques sur le thème de l'action (le matin) et de la santé mentale (l'après-midi).
- 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.

Horaires: 9H00/12H30 et 14H00/17H30

Lieu: 8 rue des Terreaux 38500 VOIRON

Tarif Formation: 90€ pour une journée (50 € demi /journée) et demi-tarif -18 ans

Inscription Email: [dolletchristian@gmail.com](mailto:dolletchristian@gmail.com)

Site: [www.yoga-stages-sante.fr](http://www.yoga-stages-sante.fr)