

YOGA et CREATIVITE

Association membre de la FYA, Fédération Yoga et Ayurveda

Yoga intériorité

Le dimanche
De 9h30 à 12h30,
avec **Benoît Saillau**.



24 novembre 2019:

**Postures, respiration, relaxation. Découverte du yoga des yeux.
Etude de la salutation au soleil.**

15 mars 2020 :

Des postures à la méditation en passant par le chant méditatif.

Se laisser entrer plus en profondeur dans la pratique
et s'imprégner de ses bienfaits transformateurs.

Ces stages sont accessibles à tous.

Lieu : Aselqo Saint Marceau, 26 rue Coursimault, Orléans sud.

Participation par atelier 30€, tarif réduit 20€ (+ adhésion 12€)

Inscription simultanée aux 2 stages : 55€.

Inscription auprès de :

Benoît Saillau 02.38.43.50.70, Céline Revol ou 18 rue des Beaumonts 45000 Orléans
yoga.creativite@orange.fr

www.yoga-creativite.fr

L'association se réserve le droit d'annuler le stage en cas de nécessité.

Aucun remboursement ne sera effectué en cas de désistement moins de dix jours avant l'activité.

Nom :

Prénom :

E.mail :

@

Date de naissance :

Téléphone :

Portable :

Adresse complète :

S'inscrit au stage du 24 novembre 2019 du 15 mars 2020

Je remets le règlement à l'inscription.

Date et signature :