



*L'union de la tête et l'union du cœur, c'est cela
le yoga.*

YOGA IYENGAR®

JUILLET DANS LE SALENTO (POUILLES-ITALIE)

du samedi 08 juillet → samedi 15 juillet 2023

Avec Anne-Marie Van Holder et Philippe Moreau, enseignants certifiés de Yoga Iyengar par le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute de Puna (Inde).

<https://www.yoga-clamart.com/>

Pranayama, pratique posturale et Kurunta yoga.

Ce stage s'adresse aux pratiquants de tous niveaux.

Anne Marie enseignera en français, avec une traduction possible en italien et en anglais.

Samedi 08 : accueil dès 14h, diner 19h

Programme quotidien du dimanche au vendredi :

7h30 à 11h00, pratique

11h00, brunch

Temps libre

17h00 à 19h00, pratique (sauf le mercredi)

19h : diner

Samedi 16 : 8h00-10h00, petit déjeuner

10h00 : départ ou temps libre sur place.

Le matériel :

tout le matériel de pratique est présent sur place, le centre est équipé pour la pratique Iyengar.

Vous pouvez apporter votre propre tapis.

Lieu et hébergement :

le centre "Yoga in Salento" est situé dans la région des Pouilles au Sud de Lecce.

La cuisine est végétarienne essentiellement à base de produits biologiques.

Ce centre propose également des soins ayurvédiques...

<https://yogainsalento.com/>

Inscription :

Retournez le bulletin d'inscription, contactez-nous pour les arrhes.



BULLETIN D'INSCRIPTION YOGA IN SALENTO ITALIE

du samedi 08 juillet
au samedi 15 juillet 2023

Anne-Marie Van Holder -

24 av Beauséjour -

92140 CLAMART - France

Tel : 06 18 06 91 65

courriel : annemarievholder@gmail.com

NOM PRENOM

ADRESSE

TEL FIXE MOBILE

COURRIEL (en majuscules SVP)

Avez-vous déjà pratiqué le Yoga Iyengar OUI NON

Problèmes particuliers

.....

Pour une inscription avant le 30/12/2022, Coût du stage (enseignement + hébergement)

☐ Chambre double, salle de bains partagée : 1206€, arrhes : 686€

☐ Chambre double, salle de bains privée : 1353€, arrhes : 833€

☐ Chambre triple avec salle de bains privée : 1178€, arrhes : 658€

☐ Chambre individuelle avec salle de bains privée : 1514€, arrhes : 994€ (2 chambres disponibles)

☐ Chambre double à usage individuel avec salle de bains privée : 1668€, arrhes : 1148€

Les chambres sont nettoyées tous les jours.

- En cas d'annulation de votre part après le 09 avril, aucun remboursement ne sera possible.