Sthira sukham asanam
"L'asana est la parfaite stabilité du corps et de l'intelligence, ainsi que la bienveillance du mental "
YSP. II 46

YOGA IYENGAR®

JUILLET DANS LE SALENTO (POUILLES-ITALIE)

du dimanche 04 juillet → dimanche 11 juillet 2027

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.

Dimanche 04 : accueil dès 14h, diner 19h
Programme quotidien :
7h30 à 11h00, pratique
11h00, brunch
Temps libre
17h00 à 19h00, pratique (sauf le mercredi, libre)
19h : diner
Dimanche 11 juillet : 8h00-10h00, petit déjeuner
10h00 : départ ou temps libre sur place.

Le matériel :

les tapis et tout le matériel de pratique sont présents sur place, le centre est équipé pour la pratique Iyengar.
Vous pouvez apporter votre propre tapis, si vous préférez.

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 du potager et du verger.
Ce centre propose également des soins ayurvédiques…
https://yogainsalento.com/

Inscription :

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

® *Utilisé avec la permission de BKS IYENGAR, propriétaire de la marque*

BULLETIN D'INSCRIPTION YOGA IN SALENTO ITALIE

du dimanche 04 juillet au dimanche 11 juillet 2027

Anne-Marie Van Holder -
24 av Beauséjour -
92140 CLAMART - France
Tel : 06 18 06 91 65
courriel : annemarievholder@gmail.com



NOM ..... PRENOM .....

COURRIEL (en majuscules SVP) .....

TEL ..... Avez-vous déjà pratiqué le Yoga Iyengar OUI NON

Problèmes particuliers .....

Coût du stage **(enseignement + hébergement 7 nuits, 14 repas)**

❑ Chambre triple avec salle de bains privée : 1394€, arrhes : 774€

❑ Chambre double, salle de bains partagée : 1505€, arrhes : 885€

❑ Chambre double, salle de bains privée : 1593€, arrhes : 973€

❑ Chambre individuelle avec salle de bains privée : 1754€, arrhes : 1134€ (2 chambres disponibles)

❑ Chambre double à usage individuel avec salle de bains partagée : 1754€, arrhes : 1134€

❑ Chambre double à usage individuel avec salle de bains privée : 1934€, arrhes : 1314€

En cas d'annulation de votre part après le 04 mai, aucun remboursement ne sera possible.