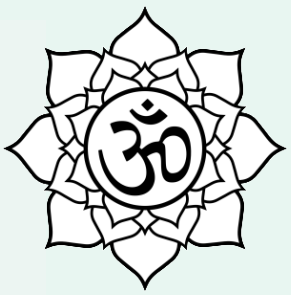




STAGE DE YOGA IYENGAR A DÉOLEN LE 7/8 AVRIL 2018



L'ENSEIGNANTE



ANNIE CIEKANSKI

Annie a commencé le Yoga Iyengar en 1988 aux Etats-Unis. Pour approfondir cette méthode, elle a décidé, en 1990, de partir à Pune, en Inde pour étudier directement avec les « Iyengars ».

Là, elle passe plusieurs années où elle assistait tous les cours. Elle est titulaire d'un diplôme d'enseignante Senior. \

Elle enseigne uniquement des stages en tant que professeure invitée. Elle transmet son immense savoir sur la pratique avec les supports.

THEME DU STAGE

LE THEME DU STAGE:

Samedi

Retrospective des bases jusqu'à l'équilibre le matin
Atelier thérapeutique sur le bassin et les hanches l'après-midi.

Dimanche

Voyage vers l'Est, pour visiter la zone du cœur le matin
Récupération et Pranayama l'après-midi



Renseignements et réservation :

Charlotte : 06 62 27 33 32
charlottelechevallier@yahoo.fr
<http://www.charlotte-yoga-bretagne.com/>

LE STAGE

VOTRE INSCRIPTION



Horaires :

Samedi 10H00-13H00 / 15H30-17H30
Dimanche 9H30-12H30 / 14H30-16H30

Tarifs :

1 JOUR : 75€
WEEKEND : 140€
Réservation, arrhes : 75€

La salle de pratique :

Le stage a lieu dans le Finistère, à Locmaria Plouzané. Déolen est un site magnifique en pleine campagne Bretonne, la salle de pratique est vue mer. Elle est équipée pour la pratique du Yoga Iyengar (cordes, traversins...). Pas besoin de voyager avec le pack.

