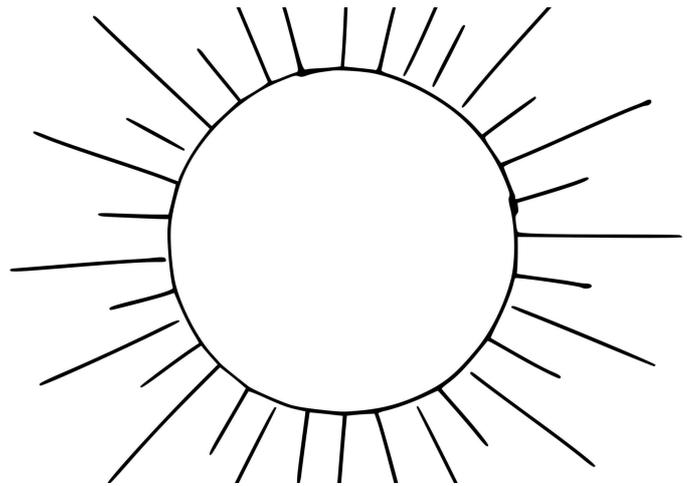
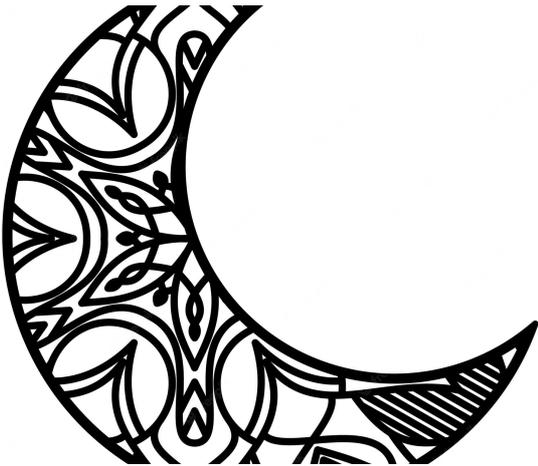


Stage Yoga Adulte

Samedi 8 et Dimanche 9 février

9h30 - 13h30 / 15h30 - 17h30

Avec Maëliiss Bozon



Tarif : (normal / réduit*)

Week-end : 125€ / 95€*

Journée : 75€ / 55€*

Matin : 55€ / 40€*

Inscription & Informations :

Maëliiss Bozon,

06 74 21 75 90

maelissbozon.p@gmail.com

Studio Asanga, 1 rue Gretry,
44000 Nantes

Le soleil, et la lune nous accompagnent tous les jours.

Ils sont utilisés en Yoga comme des supports pour pratiquer.

Nous relierons souvent le soleil à l'ACTION, et, la lune à l'OBSERVATION, l'introspection, la réflexion.

Nous verrons comment utiliser ces deux entités dans notre pratique de Yoga.

Au programme : des pratiques, étude de textes, des temps d'échanges et des chants.

Ce stage s'adresse à tous pratiquants, débutants ou confirmés.