

Samedi 15 Octobre 2022 à GRENOBLE (Isère)

THEME : ENERGIE d'AUTOMNE

L'automne est la période de retour à la terre, du nettoyage et de la préparation de l'hiver. C'est une saison de transition importante afin que le cycle annuel puisse se dérouler harmonieusement. Lors de ce stage nous pratiquerons des postures, méditations, respirations, nettoyages en lien avec ce thème. Un petit exposé complètera la pratique

Horaires : 9h00 à 12h00 **ou** 14h00 à 17h00

Lieu : Centre Vie en Yoga, 30C, allée Henri Frénay 38000 Grenoble

Accès : Dans le quartier de la caserne de Bonne, à côté du Méliès. Entrée côté parc.

Tarifs : 45 € TTC l'atelier de 3 heures. Ou 160 € les 4 ateliers

Attention : Aucun remboursement n'est effectué sauf en cas de force majeure. L'inscription n'est ferme qu'après le règlement. Chèques encaissés qu'après le stage.

Matériel : Vêtements amples, Grand tissu à mettre sur le tapis, de quoi prendre des notes...



Contact pour plus d'informations : ☎ **04 76 71 63 07 - 06 18 10 81 34**

Site : <http://www.vie-en-yoga.com>

Les personnes souhaitant s'inscrire à l'atelier peuvent nous adresser le coupon ci-dessous.

✂ -----

Atelier « Energie d'Automne » du 15/10/22

MATIN ☐ **APRES-MIDI** ☐

NOM et prénom : **Tél. :**

Adresse :

Mail :

Inscription pour (cocher l'option choisie) : 1 cession ☐ 4 cessions ☐

Je joins un chèque bancaire de€ à l'ordre de **Centre Vie en Yoga**,

à envoyer à :

Ora JOSEF-HAY, Centre Vie en Yoga, 36 chemin de la Taillat 38240 MEYLAN