



STAGE de YOGA IYENGAR®

7 & 8 avril 2018

A Carbonne avec CATHY BOYER

Stage d'exploration de postures avancées

Professeurs de yoga et pratiquants confirmés

Une belle occasion pour...

- approfondir sa pratique, avec des postures nécessitant plus de préparation que dans les cours,
- vivre nos postures autrement, de façon confiante, libre, créative,
- échanger sur nos élans, nos résistances, notre pratique, les adaptations posturales,
- se détendre, récupérer, respirer,
- accueillir l'énergie, l'équilibre et la tranquillité.



Cathy enseigne le yoga depuis 30 ans, elle a créé le centre de yoga Iyengar® de Montpellier. Elle propose des cours particuliers, des suivis personnalisés et des supervisions de professeurs, tout en continuant à animer stages et ateliers. Son enseignement se distingue par la précision de ses ajustements et l'écoute toute particulière qu'elle accorde aux sensations.

Cathy vient également d'accompagner pendant 4 ans une compagnie de danse contemporaine.

<https://cathyboyer.wordpress.com/>

Samedi 7 et dimanche 8 avril 2018

(Arrivée à partir de 9h15 pour les inscriptions)

9h30 - 12h30 Pratique posturale

14h30 – 15h30 Réflexion sur la pratique

Questions-réponses

15h30-17h30 Pratique posturale



Tarif journée : 70 euros – Tarif 2 jours : 120 euros

Lieu : 4 place des Halles 31390 Carbonne

Matériel de pratique : disponible sur place

Inscriptions : Remplissez le coupon joint, et envoyez-le ainsi que votre chèque d'acompte à :

Dominique Noyès 915 chemin d'Auguères 31430 Le Fousseret

Inscriptions limitées et prises par ordre d'arrivée.

Repas : Si vous le souhaitez, apportez votre pique-nique.

Renseignements : Dominique : 06 24 45 40 54 ou abhyasa.dom@gmail.com

Merci de répondre avant le 20 mars 2017.

NOM :

PRENOM :

Adresse :

.....

.....

Tel :

Mail :

Profession :

Etes-vous professeur de yoga :

Nom de votre enseignant :

Nombre d'années de pratique :

Eventuels problèmes particuliers à signaler

.....

.....

.....

.....

.....

.....

J'aurai besoin d'un reçu au nom de :

Ci joint mon chèque d'acompte de 50 euros à l'ordre de Dominique Noyès, non remboursable après le 25 mars 2018.

Date et Signature :

.....