



L'association Yoga Mieux Etre
est heureuse d'accueillir

Cathy Boyer

Pour un stage de Yoga Iyengar
À la Chapelle du Bard (entre Chambéry
et Grenoble)

Les 2 & 3 juin 2018



www.cathy-boyer.com

Cathy enseigne le yoga depuis 30 ans et 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.

Dates et horaires:

Samedi 2 et Dimanche 3 juin 2018

9h30 à 12h30 pratique posturale

12h30 à 14h30 pause repas (tiré du sac)

14h30 à 15h30 réflexion sur la pratique

15h30 à 17h30 postures inversées, détente, pranayama

Lieu: La Chapelle du Bard

Tarif: une journée: 55 euros
deux jours: 100 euros

(nous contacter si difficultés financières)

Vous loger et vous restaurer à Allevard:

Hôtel Restaurant des Alpes: 04 76 45 94 10

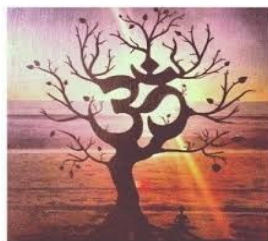
Hôtel du Parc: 04 76 13 30 54

Il est possible de ne participer qu'à une seule journée.

Ce stage est ouvert aux personnes ayant entre 6 mois et un an de pratique de Yoga Iyengar minimum. Il est préparé à partir de vos besoins et de vos envies. Cette démarche originale que propose Cathy Boyer est une belle occasion d'approfondir votre pratique.

Pour cela, veuillez communiquer vos demandes en écrivant à

Cathy Boyer: mon.mail@cathy-boyer.com



Pour la bonne organisation du stage, la date limite d'inscription est fixée au 15 mai 2018.

Contact et renseignements:

Monique Brunet-Manquat 06 85 18 39 34

monique.brumanper@gmail.com



Bulletin d'inscription au stage de Yoga Iyengar

Animé par Cathy Boyer

Samedi 2 et dimanche 3 juin 2018



Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Tel _____ mail _____

Profession _____

Nombre d'années de pratique _____ Nom de votre enseignant _____

Eventuels problèmes particuliers à signaler, points que vous aimeriez aborder

Merci de cocher les cases correspondantes à vos choix:

Une journée 55 euros les deux jours 100 euros

Samedi 2 juin ☐

Dimanche 3 juin ☐ **Total dû _____**

Bulletin d'inscription à remplir et envoyer au plus tard le 15 mai 2018 accompagné d'un chèque de réservation d'un montant de 30 euros pour un jour et 50 euros pour deux jours, libellé à l'ordre de Association Yoga Mieux être, à :

Monique Brunet-Manquat

St Pierre d'Allevard

38830 Crêts en Belledonne