

# Yoga Iyengar

## Journée d'introduction

### avec Cathy BOYER



**Le dimanche 12 mars 2023 à AGDE**

*Durant cette journée de pratique, Cathy, professeur de Yoga Iyengar depuis plus de trente ans sur Montpellier, nous accompagnera dans l'exploration de postures avec expertise et bienveillance. Une autre façon d'aborder asanas et pranayama.*

De 9:30 à 12:30 et de 14:30 à 17:30 avec un déjeuner partagé sur place.  
Réservation obligatoire avec acompte de 30€ au 06 63 72 95 16 (Eric Weber )  
Enseignement de Cathy : 65€ ( Déjeuner non fourni )

Salle de pratique " le Chemin à la Lumière du Yoga" , 11 rue du Rocher Agde

Cathy BOYER 06 03 53 60 41 site internet : [www.cathy-boyer.com](http://www.cathy-boyer.com)