

STAGES D'ÉTÉ 2027

BULLETIN D'INSCRIPTION

À renvoyer à : Espace du yoga de Rouen, 8 rue St Etienne des Tonneliers - 76000 ROUEN

CHOIX DU STAGE

☐ STAGE 1

☐ STAGE 2

☐ STAGE 3

NOM PRÉNOM

Adresse

.....

.....

Téléphone Email

Problèmes particuliers à signaler

.....

.....

.....

.....

Besoin d'un covoiturage ?

☐ OUI

☐ NON

PROGRAMME : 2 pratiques posturales (asanas) de 2h par jour. Après-midi avec une séance de respiration (pranayama) et une assise en silence (dhyana), en bord de mer.

STAGE 1 : Ouvert aux débutants du yoga Iyengar, du samedi 10/07 à 17h au mardi 13/07 à 10h.
340 € les 3 jours - 6 pratiques posturales.

STAGE 2 : Pour les pratiquants de plus d'un an de yoga Iyengar du mardi 13/07 à 17h au samedi 17/07 à 10h.
440 € les 4 jours - 8 pratiques posturales.

STAGE 3 : SEMAINE COMPLÈTE du samedi 10/07 à 17h au samedi 17/07 à 10h.
Groupe limité à 16 personnes résidant au gîte.
670 € la semaine complète - 14 pratiques posturales.

Joindre 50 % d'arrhes (remboursables avant le 15/05/27)



VRKSA YOGA
espace du Yoga de Rouen

Espace du yoga de Rouen

8, rue Saint-Etienne des Tonneliers 76000 Rouen

tél 06 62 54 98 61 / 02 35 36 32 51 e-mail petit-pascale@orange.fr