

PROGRAMMES PROCHAINS STAGES DE YOGA à Cazedarnes

Printemps et été 2025

Samedi 17 Mai, l'après-midi, de 15 heures à 18h 30.

Thème: Effort et détente.

Prix: 35 euros. Inscription par mail, 20 euros d'acompte.

Dimanche 15 Juin, la journée, de 9h 30 à 17 heures.

Marche dans la nature, pratique de yoga à l'extérieur et dans la salle autour des différents aspects que comprend le yoga. Prix: 60 euros. Inscription par mail, 30 euros d'acompte. Repas partagé.

STAGE D'ÉTÉ Les matinées yogis De 9h à 12 h.

Du lundi 18 Août au samedi 23 Août inclus.

Thème: Le lien entre le corps et l'esprit.

Prix: 30 euros par matinée, inscription pour 2 à 6 jours (avant le 15 Juillet). 10 euros d'acompte. Si seulement vous êtes disponibles 1 jour, samedi matin est ouvert à vous.

Attention! Acomptes non remboursables, sauf cas de force majeur.

STAGE ÉTÉ 2025 Les matinées à Cazedarnes

Sur le thème du Lien entre corps et esprit, les différents corps.

Détail du programme:

Lundi 18 Août: Le corps.

Mardi 19: Le souffle.

Mercredi 20: Le cœur.

Jeudi 21: Le mental.

Vendredi 22: L'âme.

Samedi 23: L'énergie.

Chaque matin on commence par une pratique posturale qui nous amène vers le thème de la journée, cela nous guide vers une profondeur subtile et globale de ce qui est notre être. Dans ces stages, nous avons le temps de sentir que tout est lié, d'échanger, faire des ateliers, de rire et faire une pause. Ce sont des moments conviviaux qui nous apportent de la joie et de la sérénité afin de vivre heureuse et en paix.

Venez nombreuses et nombreux!!!

María