

# STAGE YOGA Tous niveaux Juillet 2024 / Août 2024

Du Lundi au Vendredi de 6h30 à 11h30 Inscriptions ouvertes



**SEMAINE 2 Krishnamacarya Tradition - Hatha Yoga / Du 29 Juillet au 2 Août 2024**

*La maîtrise des paires d'opposées*

*6h30-7h Chant du Yoga sūtra*

*7h-8h30 Pratique posturale*

*8h30-9h30 Chants / Kirtan-Bhajan*

*9h30-10h Pause (Petit-déjeuner)*

*10h-11h30 Réflexion sur les Yamas / L'auto discipline relationnelle dans la pratique du Yoga*

**Tarifs : 175€ Adhérents IFY/ 200€ Non-adhérents  
300€ Adhérents IFY/ 350€ Non-adhérents pour les deux semaines**

*Lieu : 520 chemin de Garaikoborda - 64250 Souraïde (proche du lac de Saint Pée)*

*isabelle Croset*