

STAGE DE YOGA

PAYS BASQUE / SOURAIDE

AOÛT 2026

Semaine du Lundi 3 au vendredi 7 août 2026
LES EMOTIONS ET LA PRATIQUE DU YOGA



Programme

8h - 10h30 Pratique posturale et prānāyāma

10h30 - 11h Pause

11h - 12h30 Retour sur la pratique au regard de la vie émotionnelle

Tarifs :

Semaine complète : 180€ adhérent IFY / 220€ non-adhérent IFY

Semaine 1ère partie de 8h à 10h30 : 120€ adhérent IFY / 140€ non-adhérent IFY

Lieu : 520 chemin de Garaikoborda 64250 Souraide

Inscriptions : Isabelle Croset 🌿 🧘

Professeure de yoga et Formatrice IFY (Institut Français de Yoga)



Psycho-praticienne en Psychosynthèse



06-08-89-47-20 / www.athayoga.fr