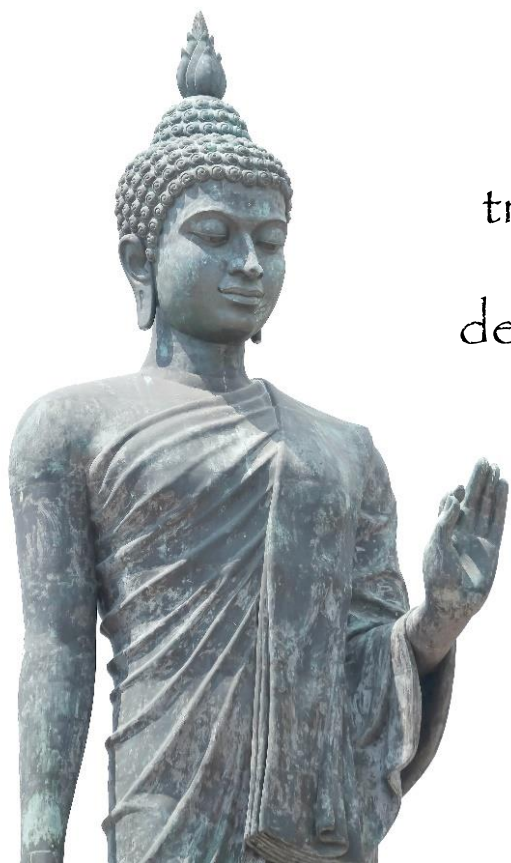


La Voie du Yoga

Ahimsa - Satya



Séances traditionnelles de Hatha Yoga

- les postures, *Asanas*
- la respiration, *Pranayama*
- la relaxation, *Yoga Nidra*
- la méditation, *Dhyana*
- le *Satsang* du samedi

Olga Roux - Professeure de Yoga, relaxologue

Diplômée par le Centre indien Tapovan, Micheline Flak, Christian Tikhomiroff

06 64 77 51 16

www.yogacorpsesprit.fr

Formule classique	Formule à distance	Formule mixte
1 séance en salle Jour fixe	1 séance à distance ou 2 séances à distance Jours fixes	1 séance en salle + 1 séance à distance Jours fixes
Mardi 19h30 à 21h <i>La Fourche</i> Mercredi 19h à 20h30 <i>La Fourche</i> Jeudi 11h à 12h30 <i>MDA</i> Vendredi 11h à 12h30 <i>MDA</i> Samedi 9h30 à 11h <i>MDA</i>	Jeudi 19h30 à 21h Jeudi 11h à 12h30 Vendredi 11h à 12h30 Samedi 9h30 à 11h	Mardi 19h30 à 21h <i>La Fourche</i> Mercredi 19h à 20h30 <i>La Fourche</i> Jeudi 19h30 à 21h <i>Chez soi</i> Jeudi 11h à 12h30 <i>MDA</i> Vendredi 11h à 12h30 <i>MDA</i> Samedi 9h30 à 11h <i>MDA</i>
372 €	312 € / 412 €	472 €

Code couleur

En soirée

En matinée

Tarif réduit (-10%) pour :

- Les moins de 25 ans
- Les titulaires AAH
- Le 2^{ème} membre inscrit par famille

Pensez à la **Formule Confort** pour rattraper chaque séance loupée mais uniquement par Zoom : 422 €

Adhésion à l'association La Voie du Yoga Ahimsa-Satya : **30 €**



La Voie du Yoga avec Olga



yogacorpsesprit.fr

Les séances ne sont pas assurées durant les congés scolaire