



Stage de Hatha yoga

Avec : **Walter Thirak Ruta**

Thème :

*De la purification à la
légèreté*

De Kapalbhata à Bhastrika

**Samedi 1 et Dimanche 2 mars
2025**

Tarifs : **120 euros**

A Roche lez Beaupré,
Dojo du Sivu, Chemin de Novillars.

Association Abhyasa

Dans notre vie, le souffle et l'esprit sont des amis intimes. Si l'un des deux est contrôlé, l'autre suit automatiquement.

Les Horaires : **Samedi 9h/12h30 - 15h/18h30**
Dimanche 8h/11h30 – 13h30/16h30

N'hésitez pas à partager cette invitation avec les personnes susceptibles d'être intéressées. Les repas du midi seront tirés du sac.

Merci de nous renvoyer votre
d'inscription avec vos coordonnées
Nom- Prénom
Adresse postale et adresse Mail
Numéro de téléphone

Ainsi d'un **chèque de 50 euros**
d'acompte à l'ordre de
L'Association Abhyasa
Chez Philippe Chopard-Léonard
14 bis rue Charles de Gaulle
25870 Moncey

Pour plus d'informations :

Aline : 06.72.11.20.60

Hervé : 06.12.51.02.57

Michèle : 06.08.80.83.62

Philippe : 06.51.99.84.64

***Cette année nous nous
assurerons que le chauffage
fonctionne...***