

**Stage adultes ouvert aux débutants,
pour toutes questions contactez moi.**



Ayurvelo 
Recevez vos sens

**L'espace d'un weekend prenez le
temps de vous faire
du bien...**

Stage de Yoga
Cayenne - Aout 2016

Ayurvelo 
Recevez vos sens

Inscription par mail

elooorg@hotmail.com

Ou sur la page Facebook Ayurvelo

SMS : 0694442900





PROGRAMME DES STAGES DE YOGA

*16h00 Accueil et Installation pour un cours de
Hatha Yoga approfondi*

16h15 - 17h30 Séance d'asanas

*17h40 - 18h20 Auto massage ayurvédique des
pieds*

Pause Gouter Yogique

*18h40 - 20h30 Pranayama Méditation
nocturne, Mantras et conférence*

TARIF: 60€ /personne

+ adhésion annuelle à l'association ASCHAR à jour 30€/l'année.



Présentation : Elodie Orsini, diplômée de l'Institut Européen d'Etudes Védiques (IEEV), je pratique les techniques de soins et modelages thérapeutiques Ayurvédiques. Formée par les centres internationaux de Yoga Sivananda (Brésil), j'enseigne le Hatha yoga.

Infos complémentaires : Prévoir tapis de yoga, coussin, serviette de toilette et tenue confortable. Pensez également à apporter de quoi noter. Le stage se déroulera en salle.

***Réserver votre place grâce au doodle
transmis sur la page facebook Ayurveo ou
par mail (contacts au dos)***