



YOGA en JUILLET 2020

Au Centre de Yoga Vallée de Clisson

1 rue Saint Nicolas - 44190 Clisson

cristina.delorenzocitron@gmail.com - 06 64 37 68 90

« Immersion dans la pratique »

avec Cristina DE LORENZO

Deux semaines de pratique : du lundi 20 au jeudi 23 JUILLET

du lundi 27 au jeudi 30 JUILLET

&

Un Week-end : samedi 25 et dimanche 26 JUILLET 2020

Le temps de ce stage, nous nous laisserons guider par *agni*, le feu, élément qui représente le pouvoir de transformation et l'expression de la lumière de la Conscience. Nous explorerons ses qualités dans les différentes parties du corps et écouterons sa résonance, en particulier dans la région pelvienne et abdominale. La pratique posturale sera équilibrée avec des pratiques simples de pranayama, méditation, mantra et mudra sadhana.

1. Semaine du lundi 20 au jeudi 23 juillet

- Lundi 20	9h-11h	19h-21h
- Mardi 21	9h-11h	19h-21h
- Mercredi 22	9h-11h	19h-21h
- Jeudi 23	9h-11h	19h-21h

2. Semaine du lundi 27 au jeudi 30 juillet

- Lundi 27	9h-11h	19h-21h
- Mardi 28	9h-11h	19h-21h
- Mercredi 29	9h-11h	19h-21h
- Jeudi 30	9h-11h	19h-21h

3. Week-end

- Samedi 25 juillet	9h30-12h30	15h-17h
- Dimanche 26 juillet	9h30-12h30	15h-17h

Tarifs et fiche d'inscription page 2



BULLETIN D'INSCRIPTION

YOGA en JUILLET 2020 avec Cristina DE LORENZO

Deux semaines du lundi 20 au jeudi 23 & du lundi 27 au jeudi 30 JUILLET

Week-end : samedi 25 et dimanche 26 JUILLET 2020

Au Centre de Yoga Vallée de Clisson- 1 rue Saint Nicolas - 44190 CLISSON

06 64 37 68 90 cristina.delorenzocitron@gmail.com

Prénom : NOM :

Mail :@

Tél :

1. Pratique en semaine :

- Une ou deux séances de 2h : 30€ la séance
- à partir de 3 séances : 25€ la séance la semaine (8 séances) : 160€

Je m'inscris en semaine :

- à une semaine entière : ou aux séances suivantes :
.....
.....

et règle aujourd'hui la somme de par chèque /en espèces.

2. Stage de week-end

1 séance de 3h : 50€ 1 séance de 2h : 30€ le stage complet : 125€

Je m'inscris au stage de week-end :

- à l'intégralité du stage : ou aux séances suivantes :
.....
.....

et règle aujourd'hui la somme de en espèces/ par chèque (à l'ordre de Cristina De Lorenzo)

Date :

Signature :

