



## STAGE « Plénitude de l'été »

12-18 AOÛT 2019

au Centre de Yoga Vallée de Clisson  
1 rue Saint Nicolas - 44190 Clisson

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

« *Immersion et Autonomie dans la pratique* » avec Cristina De Lorenzo

Stage en semaine du lundi 12 au vendredi 16 AOÛT 2019  
Stage de Week-end samedi 17 et dimanche 18 AOÛT 2019

Une semaine de pratique approfondie : dix séances de 2h.  
Pratiques ouvertes à tous les pratiquants, débutants et confirmés.  
Séries conçues pour aborder la pratique personnelle.  
La pratique posturale sera équilibrée avec des pratiques simples  
de pranayama, méditation, mantra et mudra sadhana

### 1. Stage en semaine, du 12 au 16 août : 10 Séances de 2h = 20h

Lundi 12 août	9h-11h	17h30-19h30
Mardi 13	9h-11h	17h30-19h30
Mercredi 14	9h-11h	17h30-19h30
Jeudi 15	9h-11h	17h30-19h30
Vendredi 16	9h-11h	17h30-19h30

### 2. Stage de week-end, du 17 au 18 août : 4 séances de 3h = 12h

Samedi 17	9h30-12h30	16h-19h
Dimanche 18	9h30-12h30	16h-19h

Tarifs et fiche d'inscription page 2



## STAGE « Plénitude de l'été »

12-18 AOÛT 2019

Centre de Yoga Vallée de Clisson  
1 rue St. Nicolas- 44190 Clisson

### BULLETIN D'INSCRIPTION

Semaine : du lundi 12 au vendredi 16 AOÛT 2019

Week-end : samedi 17 et dimanche 18 AOÛT 2019

Prénom : ..... NOM : .....  
Mail : .....@ .....  
Tél : .....

#### 1. Stage en semaine : 10 séances de 2h

- Une ou deux séances de 2h : 30€ la séance
- à partir de 3 séances : 25€ la séance stage complet 200€

#### Je m'inscris au stage en semaine

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

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

#### 2. Stage de week-end: 4 séances de 3h stage complet : 150€

Inscription partielle : 3 séances : 120€ ; 2 séances : 90€ 1 séance : 50€

#### 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 :

