



## Atelier Yoga

### Approfondissement du Hatha Yoga



**Quand :** Dimanche 12 mai de 9h à 12h

**Où :** salle 305 de la Maison Vaillant - 63 rue d'Estienne d'Orves à Verrières le buisson

**Avec qui :** Sylvie Roger (professeur de Yoga au TUVB)

**Quoi :** Introduction au yoga sūtra de Patanjali

Les yoga sūtra demeurent le texte de référence de tout pratiquant de yoga : Patanjali nous donne, à travers ce texte fondamental, un merveilleux outil de transformation, qui concerne toute notre vie et éclaire notre pratique.

Vous découvrirez durant cet atelier les principaux fondements de Patanjali, associés à une pratique.

**Pour qui :** ce stage est ouvert à toute personne ayant déjà une pratique du yoga, et souhaitant approfondir ses connaissances avec un apport à la fois théorique et pratique.

Tarif individuel : 40 euros

Tarif duo\* : 70 euros (\* entre conjoint, entre amis, parents-enfants...)

Pour toute demande d'information supplémentaire :

<http://yoga.tuvb.org/> - [yoga@tuvb.org](mailto:yoga@tuvb.org)



#### Bulletin d'inscription

Le nombre de places est limité, et l'inscription sera validée à réception du dossier complet (bulletin rempli et chèque à l'ordre de « TUVB »).

Le dossier d'inscription est à déposer **au plus tard le jeudi 9 mai** dans la boîte aux lettres de la salle de yoga (centre André Malraux) aux heures de cours, ou à envoyer chez :

Anne Benoist-Mounier – 23 rue de l'église 91370 Verrières le Buisson.

Le stage sera effectif sous condition d'un nombre minimum d'inscrits.

Nom .....

Prénom.....

Téléphone.....

E-mail (en majuscule).....