

Stage
D'ASHTANGA-YOGA
Vacances - Février 2024



Avec Luc Carimalo
& Monique Loquet

Du Lundi 26 février au Vendredi 1^{er} mars 2024
Un soir sur deux, à 18h30

À l'école d'Ashtanga-Yoga de la Tour d'Auvergne – 8, passage du Couédic – Rennes.

Renseignements et réservations :

Tel : 02 99 33 03 24

E-mail : lucarimalo@sfr.fr

La pratique à la fois posturale et respiratoire proposée dans ce stage s'inspire directement de l'enseignement de S.K.Pattabhi-Joïs.

*Le travail individualisé qui constitue l'une des originalités de cette méthode permet à chacun.e de pratiquer selon ses propres possibilités. Aucun niveau n'est donc requis au préalable et ce stage est ouvert à toutes celles et ceux qui souhaitent **découvrir** ou **approfondir** la pratique de l'Ashtanga-Yoga.*

Lors de chaque séance, le ou la professeur.e est accompagné.e d'un.e assistant.e pour ajuster au mieux les pratiquant.es dans leurs postures.

Renseignements pratiques :

■ **LIEU**

Salle de la Tour d'Auvergne - 8, passage du Couédic - Rennes.

■ **DATES ET HORAIRES**

Du lundi 26 février au vendredi 1^{er} mars 2024.

Un soir sur deux : 18h30 – 20h30

NB : Nombre de places limité.

■ **PRIX :**

1 séance	2 séances	3
25. €	50. €	70. €

■ **FORMALITÉS D'INSCRIPTION**

Veillez remplir le bulletin d'inscription ci-joint et le retourner dès que possible à l'adresse indiquée*, accompagné d'un chèque de 25.€ d'arrhes libellé à l'ordre de Luc Carimalo.

■ **BULLETIN D'INSCRIPTION** à renvoyer à *LUC CARIMALO

5, square du Berry - tél : 02-99-33-03-24 - 35000 RENNES

E-mail : lucarimalo@sfr.fr

Nom : Prénom :

Adresse complète :

..... Tél :

Adresse e-mail :

Niveau de pratique : (1 an, 2 ans...),.....

Professeur.e habituel.le :

Je m'inscris pour la(les) séance(s) du :

- Lundi 26 février - Mercredi 28 février Vendredi 1^{er} mars

Je verse un acompte de : Date :

Signature :