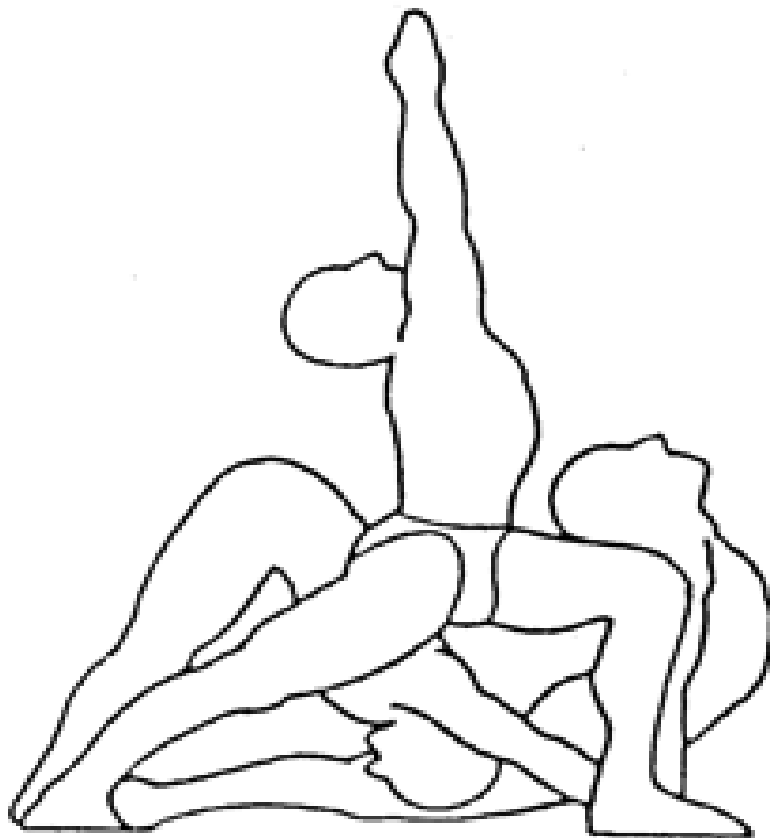


ASHTANGA-YOGA :
Atelier : Immersion 2nde série



Avec Luc & Monique

Samedi 26 avril 2025
En matinée, de 10h à 12h30

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

Objectif :

Cet atelier s'inscrit dans la continuité des deux précédents, et vous propose d'une part, de découvrir ou approfondir les extensions arrières... il abordera également l'ouverture des hanches et la circulation du souffle dans tout le corps

Il n'est pas nécessaire de maîtriser la 1^e Série, ni d'être déjà familier.e de certaines postures de la 2^{de} Série pour participer à cet atelier. Des adaptations spécifiques seront proposées pour permettre à chacun.e d'aborder les postures selon ses capacités.

Renseignements pratiques :

■ LIEU

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

■ DATES ET HORAIRES

Samedi 26 avril 2025

En matinée : 10h – 12h30

NB : Nombre de places limité.

■ PRIX :

1 séance
25.€

■ FORMALITÉS D'INSCRIPTION

Veillez remplir le bulletin d'inscription ci-joint et le retourner dès que possible à l'adresse indiquée*, accompagné de votre règlement (25.€), 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 séance du :

- Samedi 26 avril

Je verse un acompte de : ..... Date : .....

Signature :