LES SEJOURS DE YOGA

Que peut-on faire en Séjour de Yoga au Domaine Mastaram ?

- Travailler les difficultés que l'on rencontre dans sa pratique personnelle
- Trouver une pratique adaptée à l'Etre unique et changeant que nous sommes
- Utiliser le yoga en tant que technique de rééducation corporelle si nous avons des problèmes physiques
- Se former, se perfectionner, affiner sa pédagogie, apprendre à gérer un groupe, décrypter les métacommunications, éviter les erreurs de base, diversifier ses cours et motiver ses élèves….. si on est enseignant de yoga ou sur le point de le devenir

Toute personne désirant effectuer un séjour est invitée à en faire la demande auprès

de Daniel ROUGIER

d.rougier@domaine-mastaram.fr

05.62.63.38.57