

DANIEL ROUGIER

Enseignant de YOGA (Fney)

Psycho Praticien (SNPpsy)

Les Ateliers 2021/2022

LIEU

Maison Familiale Rurale

71110 ANZY le DUC

YOGA INTEGRAL

2 jours en résidentiel

(jeudi ET vendredi)

Pratique selon l'Enseignement de Sri Aurobindo et Mère :

Ouvert à Tous

- **Yoga de la connaissance** pour apaiser la tête
- **Yoga relationnel** pour épanouir les relations à soi-même, aux autres et à la Terre
- **Yoga de l'action** pour vivre le quotidien sereinement

21 et 22 octobre 2021

03 et 04 février 2022

05 et 06 mai 2022

Tarif : 170 euros / 2jr (hors pension complète à la MFR)

HATHA YOGA

2 jours

(samedi ET dimanche)

Pratique pour élèves de

Niveau I (motivés)

Niveaux II et III

23 et 24 octobre 2021

05 et 06 février 2022

07 et 08 mai 2022

Tarif : 160 euros / 2jr

(possibilité nuitée à la MFR, repas à apporter mini cuisine à disposition...)

4 jours

330 euros



Entretien en Individuel sur Rendez-Vous

Les jeudis, vendredis et samedis à la MFR d'Anzy

05.62.63.38.57 contact@domaine-mastaram.fr