

DANIEL ROUGIER

Enseignant de YOGA (Fney)—Psycho Praticien (SNPpsy)

Les Ateliers 2022-2023

YOGA INTEGRAL

2 jours (possibilité 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

20 et 21 octobre 2022

02 et 03 février 2023

04 et 05 mai 2023

Tarif : 180 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

22 et 23 octobre 2022

04 et 05 février 2023

06 et 07 mai 2023

Tarif : 170 euros / 2jr

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

4 jours
350 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

LIEU : Maison Familiale Rurale

71110 ANZY le DUC