

Stage de Yoga

Du 22 au 27 Juillet 2024
En Aveyron



Avec Laurence Magnon
et Laurence Gitard
Professeurs certifiées
Yoga Iyengar
Pratique: tous niveaux

Renseignements:

Laurence Magnon 06 76 28 71 79 / allegria.laurence@gmail.com

Laurence Gitard 06 58 19 80 76 / yogasete@outlook.fr



STUDIO DANSE & YOGA
allegria

Laurence Magnon

Directrice du centre

"Allegria Studio"

St-Gély-du-Fesc

<https://allegria.studio/>



Laurence Gitard

Directrice du centre

"Yoga Passage" de Sète

<https://www.yoga-sete.fr/>





A La Combe de La Périère
Pension complète, en pleine nature
Balades, Baignades



Déroulé du séjour

Lundi

Arrivée à partir de 18h

Mardi, Mercredi, Jeudi, Vendredi

9h Cours et atelier (2h30)

12h Repas et temps libre

16h30 Cours et atelier : Détente, Pranayama (2h30)

19h30. Repas du soir

Samedi

10h Cours

12h Repas puis départ

Tarifs

Hébergement pension complète : 370€*

Cours de Yoga: 260€

***Suppléments à prévoir pour chambre individuelle ou à deux
Les horaires peuvent être légèrement modifiés**