

Stage d'ashtanga yoga du 16 au 21 juillet 2018

avec Katell Sélignour



Lieu : 35 résidence des acacias à **Maure de Bretagne** (à 30 minutes de Rennes)

Horaires : **du lundi au samedi de 9h30 à 11h30**
(possibilité d'arriver à 9h pour s'échauffer, méditer, faire du pranayama)

le mardi et le jeudi de 16h30 à 18h30 ateliers thématiques
(postures ciblées, respirations...) déterminés en fonction des besoins du groupe)

Groupe : 7 personnes maximum

Tarif : **120 €** les 8 pratiques
inscriptions avant le 6 juin **104€**

idées d'hébergement :

<https://www.manoir-labourousais.com/>

<http://www.loheac-lecolibri.com/>

<http://www.cdv-loheac.com/hebergement-a-loheac/>

éco-camping <http://www.tourismebretagne.com/sejourner/campings-en-bretagne/eco-camping-des-buis>

Pour plus d'infos, contactez moi
au 06-12-63-95-45
ou par mail yogakat@orange.fr

