



Stage de Yoga

L'énergie vitale et le jeu des souffles

La tradition Indienne propose une représentation du corps et des fonctions de l'organisme inhabituelle pour nous. Une forme d'anatomie différente, celle du corps de l'énergie. Dans ce cadre, nous évoquerons les souffles, expression de l'énergie vitale, leur interaction, et leur influence sur agni, le feu.

Connaître ce schéma permet de mieux comprendre le rôle de la respiration, l'importance d'un travail sur l'axe, des postures inversées et justifie des techniques caractéristiques du Yoga. Le but de ce stage est de sentir, de vivre ces notions dans le corps par une longue pratique posturale.

Animatrice : Brigitte Ripken

- . Diplômée de l'Ecole Française de Yoga (EFY, rue Aubriot)
- . Membre de la FNEY (Fédération Nationale des Enseignants de Yoga),
- . Post-Formation Viniyoga auprès de Claude Maréchal et Peter Hersnack,
- . Membre du KHYF (Krishnamacharya Healing and Yoga Foundation, Madras),
- . Enseignante de Yoga à Sèvres, Viroflay, Marnes-la-Coquette.

Date : Samedi 12 mai 2012 de 14h à 18h

Lieu et horaire: Maison des associations – Salle Jupiter
62, rue des Binelles – 92310 Sèvres

Tarif : 30 € le stage pour les adhérents-cotisants à la saison 2011-2012;
44 € le stage si vous n'êtes pas membre de l'ACS Yoga (+6€ "d'assurance" pour la saison).

Pour votre satisfaction, le bon fonctionnement de l'association, il est conseillé de vous inscrire au plus tôt.

Pour recevoir les informations de l'ACS Yoga merci d'envoyer un courriel à acsyogataichi@gmail.com

Venez en tenue de yoga, et apportez votre tapis ainsi que votre coussin, banc ou brique pour l'assise
(merci d'y penser).

Bulletin d'inscription (stage yoga)

Je m'inscris pour le stage du 12/05/12 et verse la somme de€ en chèque à l'ordre de l'ACS Yoga.

Nom et Prénom :

Adresse : **Tél.:**

Adresse courriel (e-mail lisible).....

Date et signature :