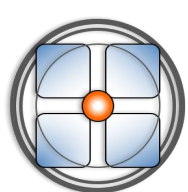


JOURNÉE LUMIÈRE SUR LE YOGA

**Organisation de la journée
et renseignements pratiques :**

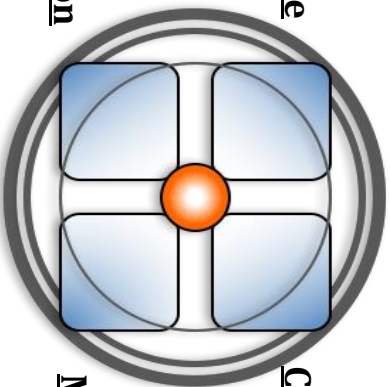


Lieu : Salle de Saint Joseph de Porterie,
478 Route de saint Joseph - Nantes

Déjeuner : apportez un pique-nique à partager tous ensemble
boissons offertes par l'association.

Présence

Concentration



Attention

Méditation

avec

Jean-Yves Deffobis,

Formateur de l'Institut Français de Yoga

**Le Samedi 20 janvier 2018 de 9h30 à 17h30
à Nantes**

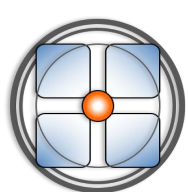
Voici quatre sujets si importants pour toutes les activités
humaines et souvent utilisés dans la pratique du Yoga.

*« Je vous propose durant cette journée de formation,
grâce à la pratique des postures et l'étude du souffle en
particulier, de différencier les approches de ces sujets dans
leurs objectifs respectifs et leur utilisation afin d'améliorer
notre condition au quotidien. »*

La journée « Lumière sur le yoga » est organisée en priorité à l'intention des
adhérents qui souhaitent approfondir leur pratique dans la lignée de
Desikachar. Les élèves en formation et professeurs sont les bienvenus selon les
places disponibles.

Inscription : yogaifylo@gmail.com - 06.84.93.46.64

**Organisation de la journée
et renseignements pratiques :**



Lieu : Salle de Saint Joseph de Porterie,
478 Route de saint Joseph - Nantes

Déjeuner : apportez un pique-nique à partager tous ensemble
boissons offertes par l'association.

Munissez-vous de votre tapis.

Contact : yogaifylo@gmail.com - 06.84.93.46.64

Bulletin d'inscription

à envoyer à : IFY Loire Océan 47 route de la Jonelière 44300 Nantes

AVANT LE 17 JANVIER 2018.

Nom, prénom :

Adresse :

Mail (obligatoire) :

Téléphone (conseillé) :

- Je suis adhérent (e) IFY Loire Océan je règle 45 €
- Je ne suis pas adhérent (e) IFY Loire Océan, je règle 62 € (45 € + 17 €
adhésion à l'association)

Règlement à l'ordre d'IFYLO

Date et signature