



L'Atelier du yoga propose un
Stage de yoga

sur le thème

"Yoga du son et du souffle"



Hôtel Beau-Site, Chemin-Dessus (VS)

9 au 13 octobre 2022

Stage de yoga du dimanche 9 octobre (17h00) au jeudi 13 octobre (15h00) 2022

Dans un cadre magnifique, situé au-dessus de Martigny, vous séjournerez dans un charmant hôtel disposant d'une des plus belles salles de yoga en Suisse. Vous aurez l'occasion de découvrir un endroit paisible, propice à la marche, au repos et au retour à soi.

Ce stage vous permettra d'aller à la découverte des mantra (phrase sacrée et vibratoire) et d'explorer la puissance du souffle et de la voix. Les journées alterneront entre pratiques traditionnelles de yoga (postures, respiration, méditation) et exploration du son et des mantra.

LIEU

Hôtel Beau-Site, Chemin-Dessus (VS), www.chemin.ch

PRIX

Prix par personne	Enseignement et salle	Logement en pension complète*	Prix total pour le stage
Chambre individuelle	CHF 450.-	CHF 672.-	CHF 1122.-
Chambre double		CHF 547.-	CHF 997.-
Chambre à 3 ou 4 lits		CHF 482.-	CHF 932.-

*Inclus dans le prix : hébergement, petit déjeuner, repas de midi, repas du soir, buffet thé/tisane et fruits pendant la journée. La cuisine est végétarienne et élaborée à partir de produits bio, locaux et/ou équitables. Possibilité de prendre en compte les besoins spécifiques en matière d'allergies alimentaires.



ENSEIGNANTES

Le stage sera co-animé par Corinne von Deschwanden, enseignante de musique et thérapeute sonore, www.auxsonsducoeur.ch et Dolores Ferrari, enseignante de yoga diplômée YCH



INSCRIPTION & RENSEIGNEMENTS

info@atelierduyoga.ch, www.atelierduyoga.ch, Tél. 076 416 92 61

L'inscription est définitive dès réception des arrhes : CHF 150.-

