

FORMATION PROFESSORALE

VINYASA YOGA

avec *Linda Munro*

Du 24 au 28 octobre 2022

Pour les enseignants et pratiquants expérimentés
27,5 heures de formations intensives



Tarif : 420 €

L'Ashtanga est la première méthode de yoga asana à avoir intégré le concept de Vinyasa : une progression graduelle et par étapes vers la prochaine posture tout en liant une respiration aux mouvements. Ainsi, il est très utile d'avoir une première base en Ashtanga pour repérer le flux qui lie naturellement différentes postures. Les matins de cette semaine seront dédiés à la pratique du Vinyasa ; guidés par Linda, vous ferez l'expérience d'un maximum de « séquences ». Les après-midis vous aurez l'occasion d'explorer différents niveaux de cours de Vinyasa - Vinyasa Soft, Vinyasa Dynamique pour les niveaux 1 à 3 et Vinyasa pour débutants - et déterminerons quelles postures sont les mieux adaptées. De plus, vous apprendrez à planifier un cours, éventuellement le construire autour d'un thème particulier (mouvement ou pose), et définir son essence.

La formation sera enseignée en anglais

10h00 - 12h00

Cours de Vinyasa

12h45 - 14h30

Lecture/Discussion

14h45 - 16h30

Concevoir et expérimenter différentes séquences



ASHTANGA YOGA PARIS

www.ashtangayogaparis.fr



ASHTANGA YOGA PARIS

Formation Professorale - VINYASA YOGA

avec *Linda Munro*

Du 24 au 28 Octobre 2022

À compléter et nous renvoyer SVP avec votre paiement complet :

NOM, PRENOM :

ADRESSE :

TÉLÉPHONE :

E-MAIL :

PRIX DE L'ATELIER :

Stage COMPLET : 420 €

OPTIONS DE PAIEMENT :

- En ligne : Paiement sécurisé par CB.
Visitez : www.ashtangayogaparis.fr/2022-vinyasa-teacher-training-fr
- Virement bancaire : Merci de nous contacter pour les détails
- Chèque (à l'ordre de "Ashtanga Yoga Paris") Montant : _____€
- Espèces - Montant : _____€

*Les règlements de 25 euros ou moins ne sont pas remboursables.

*Au-delà de 21 jours avant le début du stage, des frais d'administratifs de 25 euros seront déduits du montant total à rembourser.

*Entre 8 et 20 jours avant le début du stage, seule la moitié du montant total pourra être remboursée.

*7 jours avant le début du stage, aucun remboursement ne pourra être effectué.

*Nous ne pourrions pas transférer une réservation payée à un individu au-delà de 2 semaines avant le début du stage.

*Nous conseillons à ceux qui n'habitent pas Paris de prendre une assurance voyage, car nous ne pourrions pas faire d'exception à cette politique en cas de problème de transport ou de santé. En effet, le professeur invité confirme sa présence en fonction du nombre d'élèves (qui lui est garanti 21 jours avant le début du stage) ; nous vous demandons donc de bien vouloir respecter cette politique et vous remercions de votre compréhension.

SVP datez et signez en reconnaissance de la politique d'annulation ci-dessus.