

SÉRIE INTERMÉDIAIRE D'ASHTANGA & LES YOGA SUTRAS DE PATANJALI

avec *Linda Munro & Gérard Disse*

Du 11 au 15 novembre 2022
à GOLFE-JUAN

Pour les enseignants et pratiquants expérimentés
(1ère série d'Ashtanga maîtrisée)
36 heures de formations intensives

La formation sera enseignée en anglais

VOICI une excellente opportunité pour approfondir vos études de yoga !

Vous pouvez participer à la formation entière de 45 heures, ou faire seulement la partie du stage qui vous intéresse le plus. Ces 36 heures peuvent compter parmi les heures requises pour la formation professorale de 300 heures.

Programme :

9h00 - 11h30 Chants & Pratique
Mysore
12h30 - 14h45 Les Yoga Sutras
15h00 - 17h30 La Deuxième Série
Déconstruite

Prix :

	Early Bird (av. le 30/09/22)	Normal (ap. le 30/09/22)
Seulement Mysore	150 €	150 €
Seulement les Sutras	190 €	200 €
Seulement 2ème Série	225 €	235 €
Formation complète	555 €	575 €



ASHTANGA YOGA PARIS

www.ashtangayogaparis.fr



ASHTANGA YOGA PARIS

Série intermédiaire d'Ashtanga & les Yoga Sutras de Patanjali

avec *Linda Munro & Gerald Disse*

Du 11 au 15 novembre 2022 à GOLFE-JUAN

09h00 - 17h30

La philosophie du yoga alimente la pratique des asanas et les asanas sont un miroir de nous-mêmes; c'est pourquoi nous croyons que l'étude des Yoga sutras est essentielle pour tout pratiquant sincère.

Les Yoga Sutras de Patanjali pourraient correspondre à la première thérapie par le yoga, traitant principalement des rouages complexes de l'esprit.

Dans cette partie de la formation intensive, nous explorerons, en groupe, ces magnifiques et courts aphorismes. En les lisant, les analysant et en apprenant les messages qui se cachent derrière des phrases qui peuvent parfois sembler ésotériques.

Nous vous demandons d'avoir au moins un des exemplaires de Sutras durant la formation :

- The Yoga-Sutra of Patañjali: A New Translation and Commentary de Georg Feuerstein, Patañjali
- The Yoga Sutras de Swami Satchidananda, Patañjali

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः ॥२॥
yogaḥ cittavṛtti-nirodhah

*"Yoga is the control and restraint
of mental modifications"*



ASHTANGA YOGA PARIS

Série intermédiaire d'Ashtanga & les Yoga Sutras de Patanjali

avec *Linda Munro & Gerald Disse*

Du 11 au 15 novembre 2022 à GOLFE-JUAN

09h00 - 17h30

Nous déconstruirons les asanas de la série intermédiaire de manière à ce que chacun puisse :

1. Comprendre les techniques universelles d'alignement des mouvements clés.
2. Les pratiquer en sécurité, de manière intelligente et efficace.
3. Apprendre les préparations et les modifications nécessaires pour certaines personnes.
4. Apprendre à partager la pratique et donner des ajustements

99% pratique 1% théorie ~ Pattabhi Jois

**Note: Il est indispensable d'avoir complété la première série d'Ashtanga pour participer à ce stage intensif !*



www.ashtangayogaparis.fr



ASHTANGA YOGA PARIS

Série intermédiaire d'Ashtanga & les Yoga Sutras de Patanjali

avec *Linda Munro* & *Gérald Disse*

Du 11 au 15 novembre 2022 à GOLFE-JUAN

09h00 - 17h30

À compléter et nous renvoyer SVP avec votre paiement complet :

NOM, PRENOM :

ADRESSE :

TÉLÉPHONE :

E-MAIL :

OPTIONS DES PRIX (merci de choisir) :

Inscription en avance (avant le 30/09/2022) :

- Seulement Mysore** : 150 €
- Seulement les Yoga Sutras** : 190 €
- Seulement Série Intermédiaire** : 225 €
- Formation Complète** : 555 €

Inscription normale (après le 30/09/2022) :

- Seulement Mysore** : 150 €
- Seulement les Yoga Sutras** : 200 €
- Seulement Série Intermédiaire** : 235 €
- Formation Complète** : 575 €

OPTIONS DE PAIEMENT :

- En ligne : Paiement sécurisé par CB.
Visitez : www.ashtangayogaparis.fr/2022-intensives-gerald-linda-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.