

YOGA IYENGAR®



Ateliers découverte

samedi 31 Août 2024
samedi 7 septembre 2024
de 10h à 12h

Centre « le Vingt Deux »
22, rue Mériande
Castres

Renseignements et inscription
06 29 77 57 69

*Ces ateliers sont l'occasion de découvrir le
YOGA IYENGAR® et ses particularités :*

*clarté et précision des postures, utilisation des supports
qui permet d'ouvrir la pratique à tous quelque soit ses
capacités, notion de série et de rythme au cours des
séances, par exemple...*

Ils sont ouverts à tous et à toutes, pratiquants ou non

Participation libre (à partir de 7 €)

Pour en savoir plus sur le YOGA IYENGAR®



www.afyi.fr

*L'enseignante, Florence D'OLIER
est certifiée par
le RIMYI, Pune (Inde) et
l'Association Française de Yoga IYENGAR®*

Association
Sous l'ARC en CIEL
<https://www.yoga-sous-l-arc-en-ciel.fr>