



Mathieu se contente d'un prénom, enseigne le kurma yoga et le yoga nidra depuis 1972 et dirige la revue Infos Yoga. Son yoga possède l'avantage d'être accessible à tous, quel que soit votre âge ou vos limites, chacun travaillant à son rythme. Le kurma yoga, ou yoga de la tortue, est une forme de yoga traditionnelle, simple et révolutionnaire. Le yoga nidra est une relaxation méditative allongée, sans gestes.

ॐ Tarif : 30 € le samedi.

ॐ Apportez une couverture, éventuellement un tapis.

ॐ Réservez par téléphone et envoyez le bulletin ci-dessous (nombre de places limité)



Bulletin à renvoyer à Ecole de Yoga Mathieu, La Haute Jambuère, 35320 Lalleu accompagné d'un acompte de 10 € à l'ordre de EYM. Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

LALLEU 2018

NOM:

Prénom:

adresse :

code postal :

Ville :

tél.:

portable :

Email :

je m'inscris au stage de LALLEU à la date du :.....

je verse un acompte de 10 € à l'ordre d' «EYM» non remboursé en cas de désistement de ma part.

- je désire un reçu (mettre une )
- je recherche une place dans une voiture
- j'ai des places

Date :

Signature :