



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, quelques soient 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 : 40 €

ॐ Apportez une couverture, éventuellement un tapis.

ॐ Réservez par téléphone 06 65 27 55 74 et envoyez le bulletin ci-dessous (nombre de places limité)



Bulletin à renvoyer à Mathieu, La Haute Jambuère, 35320 Lalleu accompagné d'un acompte de 20 € à l'ordre de « Mathieu ». Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

-----  
LALLEU 12 juin 2022

NOM: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

adresse : \_\_\_\_\_

code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

tél.: \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

je m'inscris à l'atelier de LALLEU à la date du 12 juin 2022

je verse un acompte de 20 € à l'ordre d' «Mathieu» 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 dans ma voiture

Date : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_