



L'ATELIER DU SOUFFLE  
8 RUE DE LA POSTE  
22770 PERROS GUIREC

1 & 2 JUILLET 2023  
**STAGE DE HATHA – YOGA**  
« Retour aux sources »

*Deux jours de pratique, méditations, voyage sonore et découverte de la Bhagavad Gîta*

Les cours de yoga sont dispensés par **Cécile Corson** et **Lirios Mayans**, professeures certifiées de Hatha Yoga. Le voyage sonore est dispensé par **Mylène Sancandi**, professeure certifiée de yoga & sonothérapeute.

**DU SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUILLET À 10H AU DIMANCHE 2 JUILLET À 18H**

Lieu : L'Atelier du Souffle – 8 Rue de la poste – 22770 Perros-Guirec

**Programme du week-end :**

**Samedi 1<sup>er</sup> juillet**

- 10h – 12h45 : pratique
- 12h45 – 14h30 : pause déjeuner
- 14h30 – 15h15 : introduction à la Bhagavad Gîta
- 15h30 – 16h45 : pratique
- 17h – 18h : voyage sonore avec Mylène Sancandi

**Dimanche 2 juillet**

- 9h – 9h30 : méditation
- 9h30 – 12h30 : pratique
- 12h30 – 14h30 : pause déjeuner
- 14h30 – 16h : marche méditative
- 16h – 18h : pratique

**Tarif : 160 € par personne + 15€ un repas ou 30 € deux repas (facultatif)**





L'ATELIER DU SOUFFLE  
8 RUE DE LA POSTE  
22770 PERROS GUIREC



## FORMULAIRE D'INSCRIPTION



Formulaire d'inscription au Stage de Hatha Yoga (1 & 2 juillet 2023) à envoyer à :

Cécile CORSON – Lirios MAYANS  
L'Atelier du Souffle  
8 rue de la Poste  
22770 Perros Guirec

---

Pour confirmer votre inscription, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 1<sup>er</sup> juin avec un chèque d'acompte de 80 € à l'ordre de Cécile CORSON ou Lirios MAYANS (non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure)

### Merci de remplir ce formulaire :

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

### Option repas : OUI – NON

- Repas du samedi (15 €)
- Repas du dimanche (15 €)

