

Stage d'été Yoga

À VICHY

Quatre jours pour vous reconnecter à vous-même,
ralentir le rythme et retrouver votre énergie.

4, 5, 6 & 7 juillet 2027

13 h - 17 h 30 chaque jour

18 PLACES



TROIS PRATIQUES COMPLÉMENTAIRES

Hatha Yoga

Avec Dominique : des postures posées et un travail
en profondeur sur le souffle et l'ancrage.

vichyoga.fr

Kurma yoga

Avec Mathieu : le yoga de la tortue, une pratique douce
et introspective pour ralentir et se recentrer. Explorez
ses 31 trésors pour affiner votre pratique.

ecoledeyogamathieu.fr

Yoga Nidra

Avec Dominique et Mathieu : une relaxation guidée
profonde pour s'offrir un temps de lâcher-prise.

Pour les débutants comme pour les pratiquants confirmés.

LE LIEU

133 avenue de Vichy

Bellerive-sur-Allier

Face au Buffalo Grill

LE STAGE DE 4 JOURS

260 €

80 € à l'inscription

Chèque de 80 € à l'ordre de Vichyoga. Solde en début de stage.
Acompte remboursable jusqu'au 1er avril 2027.

Hébergement : possibilité de loger à l'hôtel ibis voisin.
D'autres adresses peuvent être proposées aux personnes venant de l'extérieur.

Contactez Dominique au 06 82 21 64 12