

ÉVÈNEMENTS ET RENCONTRES AVEC AURÉLIE

JANVIER



JEUDI 9

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana



VENDREDI 10

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h cours d'1h
- 13h cours d'1h
- 18h cours de 2h (20€ ou 2 crédits)



SAMEDI 11

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 9h MAHA SADHANA (durée 3h) + brunch d'hiver participatif
- 18h MAHA SADHANA REGENERATEUR et voyage sonore avec Aurélie et Solène (durée 2h / 30€)



DIMANCHE 12

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h30 Réveil musculaire et automassage (durée 1h / 1 unité ou 15€)
- 14h MAHA SADHANA (durée 3h) + tisane d'hiver



LUNDI 13

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana



YOGA COCOONING

2 rdv par semaine de 30 minutes avec Aurélie (Kundinī) et observer les bienfaits d'une pratique régulière.
Sessions live et enregistrées 20h30-21h les vendredis et lundis (3, 6, 10, 13, 17, 20, 24, 27, 31 janvier)
Tarif: 50€

FÉVRIER



VENDREDI 14

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h cours d'1h
- 13h cours d'1h
- 18h cours de 2h (20€ ou 2 crédits)



SAMEDI 15

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 9h MAHA SADHANA (durée 3h) + brunch d'hiver participatif
- 18h cours de 2h (20€ ou 2 crédits)



DIMANCHE 16

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h30 Réveil musculaire et automassage (durée 1h / 1 unité ou 15€)
- 14h MAHA SADHANA (durée 3h) + boisson hivernale



LUNDI 17

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana

MARS



VENDREDI 14

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h cours d'1h
- 13h cours d'1h
- 18h cours de 2h (20€ ou 2 crédits)



SAMEDI 15

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 9h MAHA SADHANA (durée 3h) + brunch participatif
- 18h cours de 2h (20€ ou 2 crédits)



DIMANCHE 16

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana
- 8h30 (durée 1h) Réveil musculaire et automassage (1 unité ou 15€)
- 14h (durée 3h) MAHA SADHANA + boisson printanière



LUNDI 17

- Cours privés, soin shirodhara, consultation ayurvédique, padaprana

ÉVÈNEMENTS ET RENCONTRES AVEC MARIE-LAURE, VIRGINIE ET JULIETTE

LES ATELIERS DE MARIE-LAURE

Atelier Yoga et naturopathie au printemps

VENDREDI 28 MARS
18h30-20h30

(Tarif Ateliers : 40€)

LES ATELIERS YOGA SPÉCIAL 15-18 ANS DE VIRGINIE

Équilibre, confiance, bien-être : notre « atelier Yoga spécial 15-18 ans » t'offre tout cela et bien plus encore !

- DIMANCHE 2 FÉVRIER de 17h30 à 19h30
- DIMANCHE 30 MARS de 17h30 à 19h30

(Tarif Ateliers : 20€)

LES ATELIERS DE JULIETTE

MAHA SADHANA: se relier à la terre et travailler son ancrage

- DIMANCHE 26 JANVIER de 14h à 16h
- DIMANCHE 9 MARS de 14h à 16h

(Tarif Ateliers : 40€)

