



Stage de Hatha Yoga

Avec : **Walter Thirak Ruta**

Thème :

Ananda-La joie sans mesure

Samedi 2 et Dimanche 3 mars 2024

Tarifs : 120 euros

A Roche lez Beaupré,

(10 min de Besançon)

Dojo du SIVU Chemin de Novillars.

Association Abhyasa

On naît de Ananda et, après les pérégrinations terrestres faites de joie et de douleurs, on retourne à Ananda.

Le yogi silencieux de Madras écrivait « Grâce à une bonne pratique le corps reste longtemps rempli de force, on obtient une sensation de paix, et grâce à cela on arrive à faire chaque jour avec joie ce que l'on a à faire »

Il est probable qu'à l'issue du stage on parvienne à percevoir qu'on a créé un peu d'espace à l'intérieur pour pouvoir collaborer avec l'inévitable de la vie et ne pas faire obstacle à la joie.

Les Horaires : Samedi 9h/12h30 - 15h/18h30
Dimanche 8h/11h30 – 13h30/16h30

N'hésitez pas à partager cette invitation avec les personnes susceptibles d'être intéressées. Les repas du midi seront tirés du sac.

Merci de nous renvoyer votre inscription avec vos coordonnées

Nom- Prénom

Adresse postale et adresse Mail

Numéro de téléphone

Ainsi qu'un **chèque de 50 euros** d'acompte à l'ordre de :

L'Association Abhyasa

Chez Philippe Chopard-Léonard

14 bis rue Charles de Gaulle

25870 Moncey

Pour plus d'infos :

Aline : 06.72.11.20.60

Hervé : 06.12.51.02.57

Michèle : 06.08.80.83.62

Philippe : 06.51.99.84.64