

Journée Immersion yoga, sons & voix

SAMEDI 8 JUILLET 9h-18h

AU PROGRAMME :

YOGA (VINYASA & YIN YOGA)

PRANAYAMA & MÉDITATION

VOYAGE SONORE

EXPLORATION DE LA VOIX
& ET DES MANTRAS

Une journée en immersion pour explorer le corps, le souffle, le son & la voix, chez Evolve Yoga Shala à Bégard, une salle baignée de lumière et de verdure, dans un environnement calme et chaleureux

Lieu : Evolve Yoga Shala à Bégard

Tarif : 95€

Infos & inscriptions :

Mylène Sancandi

Lunario yoga & sonothérapie

06 78 05 23 62

lunario.yoga@gmail.com

www.lunarioyoga.com



PROGRAMME

9h-9h30

Accueil, cercle d'ouverture,
rituel d'intention

10h-12h

Pranayama
Vinyasa
Méditation

12h-13h

Repas & temps libre

13h00-15h30

Yin yoga & Voyage Sonore

15h30-16h

Tisane et collation

16h-17h

Atelier voix, mantras &
chants médecine

17h-17h30

Cercle de clôture



.INSCRIPTIONS

Directement via la billetterie en ligne :

<https://www.billetweb.fr/journee-immersion-yoga-sons-voix>

CONDITIONS D'ANNULATION :

- du fait de la personne inscrite : le montant reste dû pour toute annulation moins de 3 semaines avant la date (sauf cas majeur)
- du fait de l'organisatrice : le montant est totalement remboursé

Lieu : Evolve Yoga Shala à Bégard

Tarif : 95€

Infos & inscriptions :

Mylène Sancandi

Lunario yoga & sonothérapie

06 78 05 23 62

lunario.yoga@gmail.com

www.lunarioyoga.com