



## STAGE D'ÉTÉ

AOÛT 2021

Mardi 3 au Samedi 7 Août 2021

De 7h à 12h

*Souffle et Liberté*



De 7h à 12h

7h – 7h45 = Chant

8h – 10h = Pratique corporelle

10h – 10h45 = Petit-déjeuner

10h45 – 12h = Etude – prânâyâma et Méditation

Adhérent IFY : 170€ / **Semaine** - Non-adhérent : 200€ / **Semaine**

adhérent IFY : 40€ / **Matinée** - Non-adhérent : 45€ / **Matinée**

Renseignements et inscriptions auprès d'isabelle :

06 08 89 47 20 / [croset.isabelle@orange.fr](mailto:croset.isabelle@orange.fr)

Lieu : 520 chemin de Garaikoborda - 64250 Souraïde (proche du lac de Saint Pée)