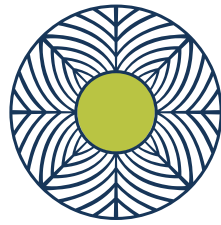


Au-delà du corps, au-delà du mental,
pour que s'ouvrent les voies du cœur...



Christophe MILLET est l'un des rares yogis en France à proposer un yoga holistique et intégral. Il est également musicien, s'accompagne de l'harmonium pour le chant et consacre sa vie et sa recherche à l'étude du yoga. Il est directeur de "l'école du Souffle" à La Rochelle, y accueille ses élèves ainsi que des professeurs renommés tout au long de l'année. Il a été éducateur sportif, musicien et a suivi l'enseignement de grands noms du yoga comme Gérard Arnaud, Sajeehan Harakkal et surtout Dharma Mittra .



ACTEM
CENTRE DE YOGA

31 rue du Vieux Marché
aux Vins - STG
03 88 32 93 81
info@actem-yoga.com
hatha-yoga-strasbourg.com



YOGA INTÉGRAL

Stage animé par Christophe Millet

Sam. 24 + dim. 25 nov. 2018 / 45€ l'atelier / 150€ le stage de 4 ateliers

SAMEDI 24 NOVEMBRE
DE 8H30 À 11H30

Yoga holistique et intégral
Voyage sur les différentes branches du Yoga
DE 14H30 À 17H30
Torsions ensemble !

DIMANCHE 25 NOVEMBRE
DE 8H30 À 11H30

Prana-Yama et Asana: respirer dans la posture
DE 14H30 À 17H30
Yin Yoga

EVÉNEMENT !
Mantra Sadhana samedi 24 novembre de 18h à 19h
Gratuit pour tous les participants des ateliers de ce stage.
10€ pour les externes.

4 ATELIERS ouverts à tous niveaux, intermédiaires et avancés.
Possibilité de choisir le week end complet avec les 4 ateliers ou 1 ou plusieurs ateliers.
Il est nécessaire de s'inscrire au plus tard 10 jours avant la date prévue du stage. L'envoi du chèque rend l'inscription effective : il reste acquis en cas de désistement 7 jours avant la date du weekend.



YOGA INTÉGRAL - CHRISTOPHE MILLET - 2018

NOM : Prénom :

Adresse :

Mél. Tél. :

Je m'inscris à l'atelier du 24/11 de 8h30 à 11h30 (45€) de 14h30 à 17h30 (45€)
 à l'atelier du 25/11 de 8h30 à 11h30 (45€) de 14h30 à 17h30 (45€)
 au stage complet (150 euros)

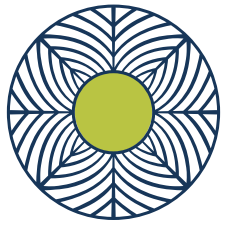
Date et signature

et je joins un chèque (à l'ordre d'Actem Yoga) de€.

Au-delà du corps, au-delà du mental,
pour que s'ouvrent les voies du cœur...



Christophe MILLET est l'un des rares yogis en France à proposer un yoga holistique et intégral. Il est également musicien, s'accompagne de l'harmonium pour le chant et consacre sa vie et sa recherche à l'étude du yoga. Il est directeur de "l'école du Souffle" à La Rochelle, y accueille ses élèves ainsi que des professeurs renommés tout au long de l'année. Il a été éducateur sportif, musicien et a suivi l'enseignement de grands noms du yoga comme Gérard Arnaud, Sajeehan Harakkal et surtout Dharma Mittra .



ACTEM
CENTRE DE YOGA

31 rue du Vieux Marché
aux Vins - STG
03 88 32 93 81
info@actem-yoga.com
hatha-yoga-strasbourg.com



YOGA INTÉGRAL

Stage animé par Christophe Millet

Sam. 24 + dim. 25 nov. 2018 / 45€ l'atelier / 150€ le stage de 4 ateliers

SAMEDI 24 NOVEMBRE
DE 8H30 À 11H30

Yoga holistique et intégral
Voyage sur les différentes branches du Yoga
DE 14H30 À 17H30
Torsions ensemble !

DIMANCHE 25 NOVEMBRE
DE 8H30 À 11H30

Prana-Yama et Asana: respirer dans la posture
DE 14H30 À 17H30
Yin Yoga

EVÉNEMENT !
Mantra Sadhana samedi 24 novembre de 18h à 19h
Gratuit pour tous les participants des ateliers de ce stage.
10€ pour les externes.

4 ATELIERS ouverts à tous niveaux, intermédiaires et avancés.
Possibilité de choisir le week end complet avec les 4 ateliers ou 1 ou plusieurs ateliers.
Il est nécessaire de s'inscrire au plus tard 10 jours avant la date prévue du stage. L'envoi du chèque rend l'inscription effective : il reste acquis en cas de désistement 7 jours avant la date du weekend.



YOGA INTÉGRAL - CHRISTOPHE MILLET - 2018

NOM : Prénom :

Adresse :

Mél. Tél. :

Je m'inscris à l'atelier du 24/11 de 8h30 à 11h30 (45€) de 14h30 à 17h30 (45€)
 à l'atelier du 25/11 de 8h30 à 11h30 (45€) de 14h30 à 17h30 (45€)
 au stage complet (150 euros)

Date et signature

et je joins un chèque (à l'ordre d'Actem Yoga) de€.