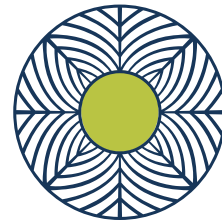


ACTEM  
CENTRE DE YOGA

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



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 SANS DÉGÂTS

Stage animé par Benoît Le Gourrierc

**Sam. 19 janvier 2019** / 40€ le stage / Débutants et confirmés

Benoît Le Gourrierc enseigne dans plusieurs studios parisiens dont celui de Gérard Arnaud . Il est un des spécialistes du Yoga Vinyasa en France et anime des stages partout dans le monde. Selon ses mots, le yoga est un art libérateur sur le plan physique, psychique et émotionnel. Très précis dans l'ajustement des postures, Benoît utilise le travail à deux, pour mieux contrôler et explorer les possibilités de chacun.

"Yoga sans dégâts" s'adresse à tous, aux débutants comme aux confirmés, l'objectif du travail en conscience restant une priorité.

Pour visiter le site de Benoît : [vinyasayoga.unblog.fr](http://vinyasayoga.unblog.fr)



YOGA SANS DÉGATS - BENOÎT LE GOURRIERC - 2019

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Mél. .... Tél. : .....

Je m'inscris au stage "Yoga sans dégâts" et je joins un chèque (à l'ordre d'Actem Yoga) de 40 €.

Date et signature

# YOGA SANS DÉGÂTS

Stage animé par Benoît Le Gourrierc

**Sam. 19 janvier 2019** / 40€ le stage / Débutants et confirmés

Benoît Le Gourrierc enseigne dans plusieurs studios parisiens dont celui de Gérard Arnaud . Il est un des spécialistes du Yoga Vinyasa en France et anime des stages partout dans le monde. Selon ses mots, le yoga est un art libérateur sur le plan physique, psychique et émotionnel. Très précis dans l'ajustement des postures, Benoît utilise le travail à deux, pour mieux contrôler et explorer les possibilités de chacun.

"Yoga sans dégâts" s'adresse à tous, aux débutants comme aux confirmés, l'objectif du travail en conscience restant une priorité.

Pour visiter le site de Benoît : [vinyasayoga.unblog.fr](http://vinyasayoga.unblog.fr)



YOGA SANS DÉGATS - BENOÎT LE GOURRIERC - 2019

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Mél. .... Tél. : .....

Je m'inscris au stage "Yoga sans dégâts" et je joins un chèque (à l'ordre d'Actem Yoga) de 40 €.

Date et signature