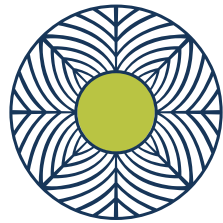




# YOGA INTÉGRAL

Week-end de perfectionnement  
animé par Christophe Millet



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



## SAMEDI 18 MARS 23

DE 8H30 À 12H - 50€

Yoga holistique et intégral  
Voyage sur les différentes branches du Yoga

DE 14H À 17H - 45€

Torsions ensemble !

## DIMANCHE 19 MARS 23

DE 8H30 À 12H - 50€

Équilibre, inversions, extensions arrières

DE 14H À 17H - 45€

Yin Yoga, à la rencontre des tissus profonds

Possibilité de choisir le week-end complet (160€) ou 1 ou plusieurs ateliers.

Christophe MILLET est l'un des rares yogis en France à proposer un yoga holistique et intégral. Il est directeur de "l'école du Souffle" à La Rochelle. Il a suivi l'enseignement de grands noms du yoga comme Gérard Arnaud, Sajeehan Harakkal et surtout Dharma Mittra .

4 ateliers destinés aux élèves ayant déjà une bonne pratique du yoga, aux professeurs de yoga (post formation) et à tous ceux qui désirent booster leur pratique !  
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 week end.

Organisme de formation n° 44 67 05703 67



YOGA INTÉGRAL - CHRISTOPHE MILLET - MARS 2023

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Mél. .... Tél. : .....

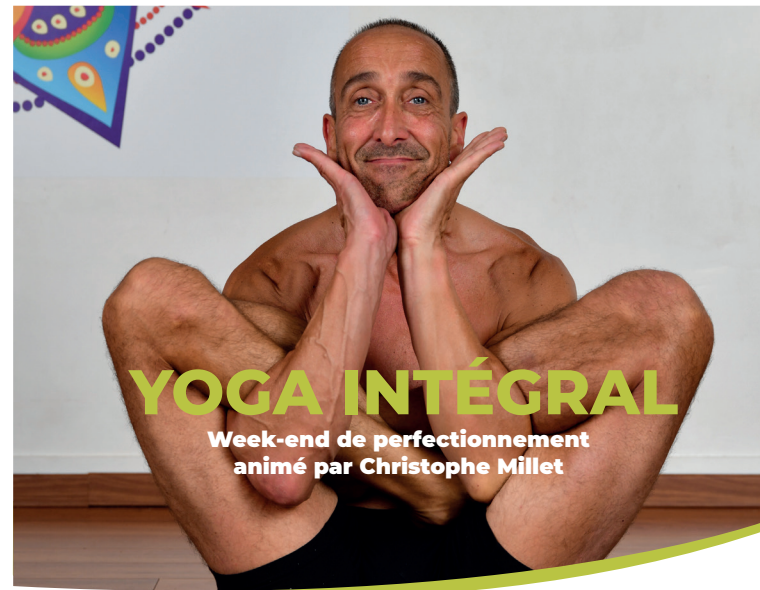
Je m'inscris  à l'atelier du 18/03  de 8h30 à 12h (50€)  de 14h à 17h (45€)

à l'atelier du 19/03  de 8h30 à 12h (50€)  de 14h à 17h (45€)

au stage complet (160 euros)

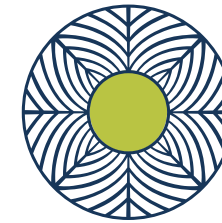
**Date et signature**

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



# YOGA INTÉGRAL

Week-end de perfectionnement  
animé par Christophe Millet



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



## SAMEDI 18 MARS 23

DE 8H30 À 12H - 50€

Yoga holistique et intégral  
Voyage sur les différentes branches du Yoga

DE 14H À 17H - 45€

Torsions ensemble !

## DIMANCHE 19 MARS 23

DE 8H30 À 12H - 50€

Équilibre, inversions, extensions arrières

DE 14H À 17H - 45€

Yin Yoga, à la rencontre des tissus profonds

Possibilité de choisir le week-end complet (160€) ou 1 ou plusieurs ateliers.

Christophe MILLET est l'un des rares yogis en France à proposer un yoga holistique et intégral. Il est directeur de "l'école du Souffle" à La Rochelle. Il a suivi l'enseignement de grands noms du yoga comme Gérard Arnaud, Sajeehan Harakkal et surtout Dharma Mittra .

4 ateliers destinés aux élèves ayant déjà une bonne pratique du yoga, aux professeurs de yoga (post formation) et à tous ceux qui désirent booster leur pratique !  
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 week end.

Organisme de formation n° 44 67 05703 67



YOGA INTÉGRAL - CHRISTOPHE MILLET - MARS 2023

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Mél. .... Tél. : .....

Je m'inscris  à l'atelier du 18/03  de 8h30 à 12h (50€)  de 14h à 17h (45€)

à l'atelier du 19/03  de 8h30 à 12h (50€)  de 14h à 17h (45€)

au stage complet (160 euros)

**Date et signature**

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