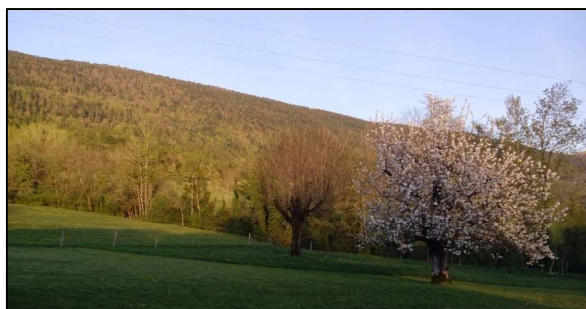


WEEK-END STAGE du PRINTEMPS Du vendredi 5 au Dimanche 7 Avril 2024



Une joyeuse parenthèse pour l'ouverture du printemps

Pour vous permettre de vous reposer, corps et âme pendant deux jours et demi.

Lieu du stage:

‘La Hutte’ (150 rue de la Croix Rousse, 01260 Brenaz)
un cadre chaleureux et simple d'une ancienne ferme éco rénovée située en pleine nature
(www.lahuttebrenaz.com) et des bons repas végétariens

Début du stage:

Vendredi 5 avril à partir de 17h00. Une première petite pratique pour bien arriver à 18h00 avant le dîner.

Fin du stage:

Dimanche 7 avril à 14h30 après le déjeuner.

Pratique: Asanas & Pranayamas

Matin: Pranayama , petite pause collation, Asanas (3h)
Après-midi : pratique des Asanas (2h)

Prix du stage- yoga:

100€

Prix pour l'hébergement (dodo et miamm)

En chambre à trois: 150 EUR

En chambre individuelle (selon disponibilité): 180 EUR

