



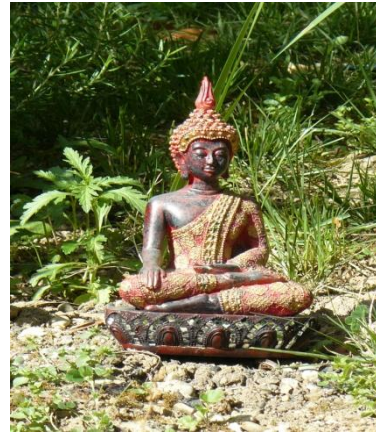
Annie BATLLE

Tél.: 05 61 83 56 / 06 85 31 76 88

Site: <http://www.yogabatlle.fr>

Mail: annie.batlle@sfr.fr
contact@yogabatlle.fr

YOGA et Techniques Ayurvédiques



à L'UNION
78 Avenue des Pyrénées

Annie BATLLE

Professeur de Yoga diplômée de

La Fédération Française de Hatha Yoga (FFHY)

Enseignement de Shri Mahesh

Certifiée Massage Indien selon l'Ayurvéda et yogathérapie

Enseignement de Ranganathan transmis par Marcel Arquimbau

YOGA

Cours individuels et personnalisés sur rendez-vous

Cours collectifs Hatha Yoga
mercredi de 15h30 à 16h45

Cours collectifs « séniors »
mercredi de 17h00 à 18h15

*destinés aussi à toutes personnes désirant un cours plus modéré
avec une attention particulière aux diverses faiblesses
du corps et un temps de relaxation plus long*

Séances de Méditation

mardis et jeudis en alternance à 20h00

*renseignements sur calendrier au 05 61 83 56 / 06 85 31 76 88
ou sur le site <http://www.yogabatlle.fr>*

*Tarifs : Cours collectifs 40 €uros par mois
Cours individuels : 43 €uros
Séance de méditation : 5 €uros*

Techniques ayurvédiques

Massage à l'huile

Massage corps entier

Massage du corps entier avec technique des marmas à l'huile de sésame et huiles essentielles.
Purifie le corps, dynamise, agit sur la fatigue et les douleurs.
Procure une grande détente
Durée : 90 à 120 minutes

Tarif: 80€uros

Massage Dos jambes pieds

Durée : 60 minutes

Tarif: 50€uros

Massage Mains bras nuque crâne visage

Durée : 40 minutes

Tarif: 40 €uros

Massage harmonie : les deux massages associés

Durée: 90 minutes

Tarif : 70 €uros

Massage à sec - sur vêtement

Massage favorisant le drainage lymphatique

Durée : 30 minutes

Tarif: 25 €uros

Massage du corps entier avec pression, balancement, torsion. Massage au sol

Durée : 120 minutes

Tarif : 100 €uros

STAGES A LA JOURNEE YOGA MASSAGE TOUS NIVEAUX

L'approche ayurvédique est directement liée au Yoga. Ces journées seront composées d'une séance de yoga, d'un apport théorique et d'apprentissage

Des différentes techniques ayurvédiques où chacun sera amené à donner et à recevoir un massage tour à tour.

Tarif de la journée : 40 €uros

1^{er} stage : dimanche 12 décembre de 9h30 à 17h00