

**STAGE YOGA DU SON
TRADITIONNEL**

Introduit par une séance de Yoga Nidra

A GAILLAC 81600

Au centre ODELYS

87 Avenue Dom Vayssette - Rte de Brens

DIMANCHE 5 DECEMBRE
de 9H30 à 17H30



**Yoga Nidra : Véronique COSTES Praticienne en
gestion du stress et des émotions
Relaxologue et Professeur de Hatha Yoga (FFHY)**

**Yoga du Son : Annie BATLLE Professeur de Hatha
Yoga Traditionnel (FFHY) et de yoga du son (FNYS)**

Prévoir une tenue ample et confortable plutôt de couleur claire, un tapis, un zafu ou coussin pour l'assise et de quoi se couvrir pour les temps de relaxation

Pour le repas de midi, chacun amène son pique nique à manger au parc si le temps le permet.....

Comment s'y rendre ?

De TOULOUSE Prendre l'A 68 Albi Lavaur direction Gaillac Sortie N° 9
Suivre la direction Brens/ Gaillac
puis prendre à droite à un rond point direction Brens
puis suivre Gaillac en tournant à gauche au stop
Passer un pont et environ à 800m sur la droite vous verrez une bâtisse
beige avec des volets vert amande ... c'est là !
Vous pouvez entrer au parking (portail blanc) ou vous garer sur le grand
parking à gauche au carrefour avant le centre

Découvrir sa voix –

*Donner de l'espace aux vibrations des sons pour les laisser agir et
nous amener dans la conscience de la pratique
Sons qui facilitent la prise de postures, sons qui libèrent des
émotions et énergétisent, sons qui nous guident vers les
mantras et la méditation*



Annie BATLLE

0699854695/0561118356

<http://www.yogabatlle.fr>

BULLETIN D'INSCRIPTION AU STAGE DU Dimanche 5 Décembre 2021

NOM :.....
Prénom.....
Adresse.....
Code Postal.....
Ville.....
N° de tél :.....
Portable.....
Adresse mail
:.....
.....

M'inscris au stage « Yoga du son traditionnel » au tarif de 60 Euros
Merci de cocher votre choix pour le paiement :

Ci- joints un chèque de 60€

En espèce le jour du stage

Merci de mettre les chèques à l'ordre de YOGABATLLE

Bulletin à renvoyer ou remettre à :

A.BATLLE 15 rue du Canigou 31240 L'Union.

Ou au centre Odelys Véronique COSTES 87 Avenue Dom Vayssette -
Rte de Brens
GAILLAC 81600

En cas de désistement après le 30 novembre hors cas de cause majeure à justifier, une somme de 20 € sera retenue pour frais de gestion

Le..... A.....

Signature

