



## A la rencontre de soi.



Plonger au coeur de notre Etre en explorant les enseignements initiatiques du HATHA et RAJA YOGA

Marie-Hélène, (professeur de Yoga), et Valérie ( psychothérapeute)  
vous proposent :

**9 journées d'étude de Soi de octobre 2020 à Juin 2021,  
le troisième samedi de chaque mois de 9h à 18h.**

*Ces journées vous apporteront les outils nécessaires pour préserver  
votre santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle.*

Tarif incluant le repas yogique : 70 € / journée

Lieu : Ordiarp 64130

Si vous êtes intéressés, merci de prendre rdv avec :

- Marie-Hélène : **06 98 62 51 74** ou - Valérie : **06 78 09 16 11**

A ce moment là nous vous donnerons les conditions prérequisés, le détail du programme et définirons ensemble si cela peut vous convenir .

***L'inscription implique un engagement sur les 9 journées .***

Cette année d'étude se terminera par un stage de 3 jours basé sur l'enseignement reçu

Le nombre de participants est **limité à 12.**

