



# STAGE D'INITIATION AU YOGA SUR CHAISE

- PERSONNES AGÉES
- PERSONNES AGÉES A MOBILITE REDUITE
- PERSONNES HANDICAPÉES

**2 JOURS EN RÉSIDENTIEL**  
Places limitées à 10 personnes

**DATES ET HORAIRES**  
du samedi 18/06/22 de 9h à 18h  
au dimanche 19/06/22 de 8h à 16h  
*Autres dates : Me contacter*

**LIEU : EN SAVOIE 73**  
**ESPACE EVEIL**  
57 chemin des ilettes  
73460 TOURNON  
*Possibilité de loger sur place*

**UNE PRATIQUE  
COMPLEMENTAIRE**

**Destinée à toutes personnes  
souhaitant aider par le yoga**  
Aux professeurs de yoga et futurs  
professeurs  
Au particulier pour aider un proche  
Pour un apprentissage personnel

**TARIF**  
190 € hors hébergement & repas



**Tamara LY**

**Enseignante de yoga formée à l'ENPY  
Adhérente à RVHY "Le yoga sur chaise pour  
changer le regard sur la vieillesse et le  
handicap"**

**Intervenante en EHPAD et RESIDENCES  
AUTONOMIES pour personnes âgées, personnes  
âgées à mobilité réduite (PMR) et personnes  
handicapées**



Informations au : 06 77 30 72 97 - [www.harmonieyoga73.fr](http://www.harmonieyoga73.fr)