



RETRAITE DE YOGA EN ARDÈCHE

21-27 octobre 2025

Formation 22h pension complète

- | | |
|----------|--|
| Mardi | <ul style="list-style-type: none">• Accueil• Méditation / Pranayama |
| Mercredi | <ul style="list-style-type: none">• Mysore• Atelier fondations |
| Jeudi | <ul style="list-style-type: none">• Mysore• Atelier vinyasa postures 1ère série |
| Vendredi | <ul style="list-style-type: none">• Mysore• Temps libre |
| Samedi | <ul style="list-style-type: none">• Guidée Ashtanga• Atelier ouvertures |
| Dimanche | <ul style="list-style-type: none">• Mysore• Atelier vinyasa postures 2nde série |
| Lundi | <ul style="list-style-type: none">• Mysore• Départ |

8 H /10H - 16H/18H

contact : formationmoksa@gmail.com