

Geneviève JEANNIN-SASSOLAS



A découvert le Yoga à l'âge de 18 ans et le transmet depuis plus de trente cinq ans en cours collectifs, individuels et stages.

Sa formation est issue de la tradition VINIYOGA ; c'est une approche qui privilégie la personne en prenant en compte ses aspirations, ses possibilités et sa santé. Son enseignement est centré sur le corps, le souffle, le mental, à la recherche de l'instant présent dans sa plénitude.

A également été institutrice pendant huit ans et a expérimenté le yoga auprès de ses élèves.

Parallèlement au yoga, elle a exploré d'autres techniques corporelles et de développement personnel. Elle pratique la méditation dont elle découvre quotidiennement les pouvoirs.



TARIFS

Stage 2 jours : 180 €

ADRESSE

32 Avenue du Centre – LE PECQ

ACCÈS

RER A Gare Le Vésinet – Le Pecq

INSCRIPTION

Renvoyer le bulletin ci-joint, accompagné d'un chèque d'acompte de **100 €** à l'ordre de G. JEANNIN-SASSOLAS

ANNULATION

Possible à tout moment, toutefois l'acompte versé ne sera plus remboursable en cas d'annulation de votre part 1 mois avant le début du stage. Il sera totalement remboursé en cas de fermeture du lieu de stage dans le cadre de la crise sanitaire.



Renseignements complémentaires auprès de
Geneviève JEANNIN SASSOLAS
06.16.76.60.93
genevieve.sassolas@libertysurf.fr
yoga-relaxation78.com



**Geneviève Jeannin Sassolas
vous propose**

YOGA

**dans la
Paix
Intérieure**



WE YOGA AU PECQ
25 - 26 juin 2022

YOGA

dans la Paix Intérieure

Corps Esprit Âme

LE YOGA PERMET CE TRAIT D'UNION ENTRE L'ESPRIT,
LE CORPS ET L'ÂME.

Accepter, Accueillir, Intégrer notre dualité
afin de faire émerger un état de Paix
intérieure.

Le centre subtil appelé chakra du cœur sera
plus particulièrement présent.

Viendront en complément des postures :

- respirations conscientes
- mudras
- méditations dynamiques et statiques, dont
Yoga Nidra
- être relié à la nature
- respirer avec la Terre.

Nous partirons de là où nous en sommes,
sans chercher à forcer quoi que ce soit et
nous laisserons la magie du Yoga opérer avec
humilité, bienveillance, humour et amour.

Stage ouvert à tous



DATE DU STAGE 2022

25 - 26 juin

de 9h30 à 18h00

LIEU

Le lieu plein de belles énergies à proximité de
la Seine est propice au calme et au
ressourcement.

Nous pratiquerons au maximum à l'extérieur
et dans la maison en fonction du temps.
Nous déjeunerons ensemble en partageant les
plats que vous apporterez.

PROGRAMME

9h30 – 13h15 : postures de Yoga
13h15 – 15h15 : repas partagé, pause
lecture, Bol d'Air Jacquier ...
15h15 – 18h00 : échanges, postures de Yoga

Le programme tiendra compte de l'énergie du
groupe, du ressenti de chacun et de la
température.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom :

Prénom :

Né(e) le :

Adresse :

Tél. :

Portable :

Courriel :

Je m'inscris au stage
« Yoga dans la Paix Intérieure »

25 - 26 juin 2022

180 €

je verse un **acompte de 100,00 €**
à l'ordre de G. JEANNIN-SASSOLAS
et je note que cet acompte ne sera plus
remboursable en cas d'annulation de ma part
1 mois avant le début du stage
mais totalement remboursé en cas de fermeture
du lieu de stage dans le cadre de la crise
sanitaire.

Date :

Signature :

A envoyer à
Geneviève JEANNIN SASSOLAS
32 Avenue du Centre - 78230 LE PECQ