

# YOGA ET EXPLORATION

**Mercredi de 9h à 10h15**

Espace culturel d'Arbaz

trimestre de l'hiver 2018 :  
les cours débutent le 10 janvier  
et se terminent le 28 mars 2018.

**Tarifs :** 220.-/trimestre (10 cours)  
CCP : 17-338046-9  
IBAN : CH70 0900 0000 1733 8046 9



Pas de cours les mercredis 14 et 21 mars  
Les cours continuent pendant les relâches de février

**Fonctionnement :** Les cours se paient par trimestre, au tout début du trimestre.

**Contenu :** yoga postural explorant divers thèmes : les saisons, les cinq énergies, les chakra, les cinq éléments etc.

Anoula Sifonios,  
Ruelle du Crêté, 1976 Erde  
anoula.sifonios@shunyatayoga.ch.  
www.shunyatayoga.ch