

Stage d'été 2018
Stage Vinyasa Flow Yoga et Danse contemporaine avec Peter Goss
Du dimanche 22 juillet au dimanche 29 juillet inclus.



Aucune réservation n'est demandée pour participer !

Dans son stage d'été, Peter Goss propose les dimanches 22 et 29 juillet un cours de Yoga de 10 h à 12 h et pendant la semaine du lundi 23 au samedi 28 juillet une formule de deux cours consécutifs de 10 h à 14 h.

- Le 1^{er} cours de Vinyasa Yoga propose des enchaînements à partir des asanas rythmés par la respiration. C'est une approche dynamique de l'enseignement du yoga. Tous niveaux

- Le 2^{ème} cours propose des pratiques somatiques telles que Feldenkrais et Alexander appliquées à la danse contemporaine.

- Niveau: intermédiaire/avancé.

La combinaison des deux cours engendre un travail sur l'endurance physique et aussi mentale par une concentration accrue.

Tarif du stage pour les 2 cours consécutifs de 10h à 14h : 26 € par jour.

Les cours peuvent être pris ponctuellement, séparément et payables à l'unité.

Horaires des cours et tarif du cours de Yoga à l'unité pendant le stage :

Le tarif pour le cours de yoga à l'unité de 10H00 à 12H00 est de 17 €. Plus 1€ de location de tapis... Pensez à prendre votre tapis !!!

Horaires des cours et tarif du cours de danse à l'unité pendant le stage :

Le tarif pour le cours de danse à l'unité de 12H00 à 14H00 est de 16€.

Peter Goss reprendra tous ses cours le samedi 1er septembre à 12 heures.

Nous vous souhaitons de bonnes vacances !

www.ecolepetergoss.com