



COURS COLLECTIFS VOS PROFESSEURS

Contactez votre professeur
pour tout renseignement

COURS COLLECTIFS ADULTES 2024/2025 *

à partir du 16 septembre

Evelyne enseigne le yoga dans un esprit de partage et de bienveillance, afin que chacun puisse trouver la paix intérieure en associant le mouvement, le souffle et la concentration.

Enseignement	A l'année..... 1 cours/semaine..... 300 €
	2 cours/semaine..... 450 €
	Au trimestre.. 1 cours/semaine..... 115 €
	2 cours/semaine..... 170 €
Adhésion/an	Institut Français du Yoga..... 17 €



Evelyne Castor
06 09 02 58 65



Isabelle Boucheron
06 68 25 15 66
isabelle.boucheron83@gmail.com

Isabelle considère le yoga, qu'elle pratique depuis 30 ans, comme une discipline de vie et désire transmettre ses bienfaits, qui agissent à tous les niveaux de notre être (corps physique, mental et spirituel).

Enseignement	A l'année..... 1 cours/semaine..... 260 €
	2 cours/semaine..... 390 €
	Au trimestre.. 1 cours/semaine..... 100 €
	2 cours/semaine..... 150 €
A l'unité.....	Adhérent..... 12 €
	Non adhérent..... 15 €
Adhésion	Association Samyoga 20 €



Olivier Castor
06 13 54 06 97
olivier@centreyogacastor.fr

Olivier souhaite transmettre le plus justement possible l'enseignement qu'il a reçu afin que chacun puisse appréhender sur le tapis les effets du yoga sur les plans, physique, psychique et spirituel pour les mettre ensuite en application dans son quotidien.

Enseignement	Cours à l'année..... 300 €
	Cours au trimestre..... 115 €
Adhésion	Institut Français du Yoga..... 17 €

Julia a envie de partager et de transmettre ce qu'elle a appris, avec un yoga qui s'adapte à chaque individu pour les accompagner sur leur propre chemin.

Enseignement	Cours à l'année..... 1 cours/semaine..... 300 €
	Cours au trimestre..... 1 cours/semaine..... 115 €
	Cours à l'unité..... 15 €
Adhésion	Institut Français du Yoga..... 17 €



Julia Martinelli
07 60 20 23 18
jumartinelli@hotmail.fr

Sandrine, accompagnée des bols tibétains, bols de cristal et autres instruments vibratoires, vous invite à relâcher les tensions et réduire le stress par la pratique du Yin yoga et des voyages sonores.

Enseignement	Cours au trimestre..... 150 €
	Cours à l'unité..... 15 €

Sandrine Lenoir
06 79 71 96 87
sandrine.lenoir@mailo.com

YIN YOGA SONORE



TAI CHI CHUAN ET QI GONG



Francine Barouch
06 32 82 36 28

Francine Barouch, 30 ans de pratique de Tai Chi Chuan et de Qi Gong avec les Oiseaux du silence, médecin retraitée, nous guide en alliant méthode, tradition et bienveillance. Vers l'apaisement, la force, corps cœur esprit reliés au cosmos.

Enseignement	Cours au trimestre..... 180 €
	Cours à l'unité..... 30 €
Adhésion	Association des Oiseaux du Silence..... 20 €

YOGA

Cours collectifs & individuels, yogathérapie

SOINS

Soins énergétiques...

ACTIVITES DE BIEN-ETRE

Yoga nidra, Tai Chi Chuan et Qi Gong, Sonothérapie...

FORMATION ET STAGE

Formation de professeur de yoga, stages thématiques...

LOCATION DE SALLE

75m2 autour du yoga et bien-être

Aurore a à cœur de transmettre l'essence du Yoga Nidra, une pratique puissante de relaxation guidée, qu'elle enseigne dans la plus pure tradition Satyananda. Un véritable voyage vers la paix intérieure.

Enseignement	Carte de 10 séances (valable 4 mois)..... 120 €
	Cours à l'unité..... 15 €



Aurore Pfister
06 26 55 13 66
pfisteraurore@gmail.com

YOGA NIDRA

@centreyogacastor



124 PASSAGE DE L'INDUSTRIE
83300 DRAGUIGNAN

www.centreyogacastor.fr

06 09 02 58 65
contact@centreyogacastor.fr