



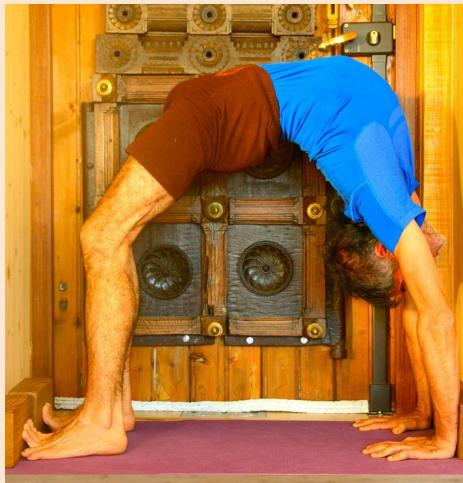
STAGE de YOGA IYENGAR®

Weekend du 23 au 25 Janvier 2026

Avec Stéphane LALO

Enseignant certifié Avancé Level 4

Responsable du Centre de Yoga Iyengar de Marseille



HORAIRES :

Vendredi 23/01: 18h30-20h30 (Pranayama)

Samedi 24/01: 10h-13h et 15h-17h30

Dimanche 25/01: 9h30-12h30 et 14h30-16h30

Matin: Pratique Posturale

Après-midis: Pratique Inversées et Pranayama

NIVEAU :

Tous niveaux, à partir de 2 ans
de pratique régulière de yoga Iyengar

L'ENSEIGNANT :

Enseignant « Avancé Junior 3 » ou Niveau 4 , certifié par B.K.S. et Geeta Iyengar, il a commencé à pratiquer le yoga en 1973. Il passe plusieurs années dans des centres de méditation Vipassana et ashrams de Yoga en expérimentant différentes écoles avant de se consacrer exclusivement à la pratique de la méthode Iyengar à partir de 1985. Depuis, il effectue de longs séjours à l'Institut de Pune auprès de la famille Iyengar. Il enseigne le yoga à Marseille depuis 1990, forme des enseignants depuis 2007 et anime régulièrement des stages en France et à l'étranger.

TARIF:

190€ le week-end complet

160€ samedi & dimanche

120€ Vend soir & samedi

Vendredi soir 35€ / La journée 90€

Priorité aux élèves s'engageant
le WE complet

PLACES LIMITÉES

22 élèves



STAGE de YOGA IYENGAR®

Weekend du 23, 24 et 25 Janvier 2026

Avec Stéphane LALO

Enseignant certifié Avancé Junior 3
Responsable du Centre de Yoga Iyengar de Marseille

INSCRIPTION AU STAGE / ARRHES:

- Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises en fonction des dates d'arrivée des bulletins d'inscription et la priorité sera donnée aux élèves s'engageant sur le stage complet.
- Bulletin d'inscription ci-dessous et chèque d'arrhes de 80 € (ordre: Stéphane Lalo) à remettre à votre enseignant du Centre ou à envoyer à l'adresse suivante :
Centre de Yoga Iyengar de Bordeaux
A l'attention de Cécile / Stage Stéphane Lalo
2ème impasse Barreyre 33300 Bordeaux
- Intégralité du stage à régler le 1er jour du stage; le chèque d'arrhes sera rendu.

DÉSISTEMENT: Après le 9 Janvier 2026, les arrhes déjà versées seront conservées.

CONTACT: Cécile: 07.83.98.78.08 contact@yogaiyengarbordeaux.fr

INSCRIPTION AU STAGE DE YOGA IYENGAR – 23 au 25 Janvier 2026

Avec Stéphane Lalo

Participation au stage:

Stage Complet (2.5 jrs) 190€

Weekend (2 jrs) 160€

Vend soi & Sam (1.5jr) 120€

Vendredi soir 35€

Samedi 90€

Dimanche 90€

NOM: _____ PRÉNOM: _____ Âge: _____

ADRESSE: _____

TÉL.: _____ E-MAIL: _____

Nb Années Pratique - Yoga Iyengar: _____ Autre Yoga (Préciser): _____

Centre/Studio de Pratique/Enseignant habituel: _____

Professeur: Yoga Iyengar: Oui / Non Autre Yoga: _____

Problèmes Particuliers: