

**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*

## 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*

## NIVEAU :

Tous niveaux, à partir de 2 ans

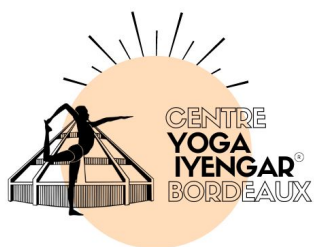
de pratique régulière de yoga Iyengar

## PLACES LIMITÉES

22 élèves

## 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.



# 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](mailto: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€ ☐

Vendredi soir 35€ ☐

Weekend (2 jrs) 160€ ☐

Samedi 90€ ☐

Vend soir & Sam (1.5jr) 120€ ☐

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: \_\_\_\_\_