TARIFS

2017 - 2018

Philippe FRADIN

Téléphone : 04 63 79 75 80
Portable : 06 88 70 64 57
p.fradin@yahoo.fr
www.yoga-ayurveda-63.com
www.yoga-ayurveda42.fr

YOGA

Les Cours Collectifs		
A l'unité :	**20 €**	
Carte 10 séances	**174 €**	(soit 26 € d'économie)
Carte 20 séances	**268 €**	(soit 132 € d'économie)
Carte 30 séances	**358 €**	(soit 242 € d'économie)
le mois	**58 €**	4 semaines pleines
le trimestre	**158 €**	(soit 16 € d'économie)
A l'année	**400 €**	Forfait qui **réduit tarifs** en Ayurvéda et stages*
Les cours individuels		
Un cours :	**54 €**	
Carte 10 séances	**400 €**	(soit 140 € d'économie)
Les ateliers et stages		
Nettoyage Intestinal:	**54 €**	* 50 €
Pratiques et stages :	**68 €/J**	*1 à 2 Jours* * 64 €
	64 €/J	*3 Jours et +* *60 €

AYURVEDA

Bilan Āyurvédique	**60 €/h**	* 54 €
Conseils en Nutrition, Hygiène naturelle appliquée, Yogathérapie et Phytothérapie appliquée	**58 €/h**	* 50 €
Soins : Véritable massage Ayurvédique (Abhyanga) ou Équilibrage énergétique (prana-thérapie)	**74 €/h**	* 68 €

YOGA & AYURVEDA

Philippe FRADIN

Cours - Pratiques
Stages - Formations
Thérapies naturelles

2017-2018

NOUVEAUX LIEUX et TARIFS

- Les séances collectives Yoga - Méditations
- Les formations en Yoga et Āyurvéda
- Les stages et ateliers de rééquilibrage
- Les thérapies naturelles

Le chemin du yoga rend possible
la réduction de la douleur à venir.
« Hayam dukha alnamkatum » - Patanjali 2.16

SÉANCES YOGA INTÉGRAL PILATES et MÉDITATIONS

Approche ajustée tout au long de l'année

Montbrison (42)		
	LUNDI	VENDREDI
09H 10H	YOGA DYN. 1	YOGA DYN. 2
10H 11H	AYURVEDA (Bilan)	AYURVEDA (Bilan)
11H 12H	PILATES 1	PILATES 2
14H 15H	PSY INDIVIDUEL	PSY INDIVIDUEL
15H 16H	AYURVEDA (soin)	AYURVEDA (soin)
17H 18H	MEDITATION (raja)	MEDITATION (zazen)
18H 19H 30	YOGA STAT. 1	YOGA STAT. 2

Chamalières (C) et Theix (T) (63)			
	MARDI	MERCREDI	JEUDI
09H 10H	MEDITATION Zazen (T)	MEDITATION Raja Yoga (C)	MEDITATION Vipassana (T)
10H00 11H30		YOGA INTEGRAL (C)	
12H30 13H30	YOGA INTEGRAL (C)		
18H 19H	MEDITATION Brahma-Granthi (T)	PILATES (T)	MEDITATION Śiva-Granthi (T)
19H00 19H30		MEDITATION Viśnu-Granthi (T)	
19H00 20H30	YOGA NIDRA VINIYASA (T)		SADHANĀGNI HOTRA (T)
19H30 21H00		YOGA CHAKRA MUDRĀSANA (T)	

FORMATIONS YOGA et AYURVEDA

École Sattva Auvergne-RA

Formation de Professeurs en Yoga Intégral
Formations individuelles et en entreprises

DESCRIPTIF ET DATES SUR DEMANDE

FORMATIONS en ĀYURVEDA (lieu : THEIX)

THEMES	DATES
Sadhanāsana-thérapie Le traitement des symptômes et des maladies par les postures de Yoga : Evacuations des toxines et vitalisation	18 et 19 novembre 2017
Ahara-Chikitsa Le traitement des symptômes et des maladies par l'alimentation et les plantes médicinales	13 et 14 janvier 2018
Nada-PranYoga Les traitement des enveloppes subtiles (mentales et émotionnelles) par la thérapie vibratoire (mantras et prana)	10 et 11 mars 2018
Manoshuddhi Le traitement de l'activité mentale ordinaire par les pratiques méditatives guidées sur les chakras et les circuits.	26 et 27 mai 2018

RENDEZ-VOUS INDIVIDUELS

Bilan complet - Diététique
Phyto et Yoga-thérapie
Massages Āyurvédiques
Prāna-thérapie
Thérapies psychiques

ATELIERS CUISINE - MASSAGE PRANA-THERAPIE - AYURVEDA GRAND NETTOYAGE INTESTINAL

Dates communiquées sur demande
Places limitées

STAGE d'ÉTÉ (pratiquants avancés)

IMMERSION dans la PAIX du YOGA
Stage dans la Drôme Provençale - Pratiques intensives
Du 20 au 24 AOUT 2018

Plus d' infos : **www.yoga-ayurveda-63.com**
www.yoga-ayurveda42.fr