

€CO : Faites connaître les cours de Yoga à quelqu'un - Dès son inscription : réduction de 20 € sur votre carte

TARIFS

2019 - 2020

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 :	24 €	
Carte 10 séances	184 €	(soit 56 € d'économie)
Carte 20 séances	288 €	(soit 196 € d'économie)
Carte 30 séances	368 €	(soit 352 € d'économie)
le mois	64 €	4 semaines pleines
le trimestre	168 €	(soit 24 € d'économie)
A l'année	480 €	Forfait qui réduit tarifs en Ayurvédas et stages*

Les cours individuels

Un cours :	58 €	
Carte 10 séances	480 €	(soit 100 € 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	64 €/h	* 58 €
Conseils en Nutrition, Hygiène naturelle appliquée, Yogathérapie et Phytothérapie appliquée	60 €/h	* 54 €
Soins : Véritable massage Ayurvédique (Abhyanga) ou Équilibrage énergétique (prana-thérapie)	78 €/h	* 68 €

YOGA & AYURVEDA

Philippe FRADIN

**Cours - Pratiques
Stages - Formations
Thérapies naturelles**

2019-2020



NOUVEAUX COURS et TARIFS

- Les séances collectives Yoga - Méditations
- Les formations en Yoga et Āyurvédas
- Les stages et ateliers de rééquilibrage
- Les thérapies naturelles et Cures en Inde

« Une fois la désidentification aux tourbillons mentaux acquise, le pratiquant s'établi dans le Soi véritable »

« Tadādrashtuh svarūpe 'vasathanām » - Patanjali 13



SÉANCES YOGA INTÉGRAL PILATES et MÉDITATIONS

Approche ajustée tout au long de l'année

Royat (R) et Theix (T) *					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09H 10H*		MEDITATION Zazen (T) *9h	MEDITATION Raja Yoga (R) *8h45	MEDITATION Vipassana (T) *9h15	
10H00 11H30 12H30 13H30			YOGA INTEGRAL (R)		
17H30 18H30		VOYAGES Chamaniques (T)		MEDITATION 3 ^{ème} œil (T)	
18H30 19H00	MEDITATION Zazen (T) Nouveau	MEDITATION Brahma-Granthi (T)		MEDITATION Śiva- Granthi (T)	MEDITATION Vipassana (T) Nouveau
18H - 19H			PILATES (T)		
19H00 19H30			MEDITATION Viśnu-Granthi (T)		
19H00 20H30	YOGA EGYPTIEN (T) Nouveau	YOGA NIDRA VINIYASA (T)		SADHANĀ PUJA - MANTRA BHAJANS (T)	YOGA CACHEMIRE (T) Nouveau
19H30 21H00			YOGA CHAKRA MUDRĀSANA (T) Séance avancée		

*Royat : 12 rue Hippolyte Mallet — Theix : 8 rue du grand champ

FORMATIONS YOGA et AYURVEDA

École de Yoga intégral Sattva

Formation de Professeurs en Yoga Intégral
Formations individuelles et en entreprises



DESCRIPTIF ET DATES SUR DEMANDE (voir site)

FORMATIONS en ĀYURVEDA (lieu : THEIX)

THEMES	DATES
Sharira jñana : L'anatomie Ayurvédique et la physiologie	Du 23 au 25 novembre 19
Prakriti pariksha et roga jñana : Bilan constitutionnel et les maladies	Du 21 au 23 décembre 19
Ahara-Chikitsa - Dravyaguna Nutrition détaillée et phytothérapie ajustée au tempérament individuel	Du 18 au 20 janvier et du 23 au 25 février 2020
Traitements avancés en Ayurveda Les techniques de guérison subtile et la guérison spirituelle	Du 21 au 23 mars et du 22 au 24 mai

RENDEZ-VOUS INDIVIDUELS

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



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

Dates communiquées sur demande (voir site)



STAGE d'ÉTÉ (Ouvert à tous)

Immersion Yoga Intégral - Intégration Philosophique
Stage dans la Drôme Provençale - Pratiques intensives
Du 17 au 21 AOUT 2020



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