

## STAGE AVEC ANDRÉ RIVOIRE

ENSEIGNANT DE YOGA IYENGAR À PARIS

Dans le travail postural, nous garderons la conscience et la vigilance dans le perfectionnement de l'alignement, afin de cultiver la forme dans la posture (points techniques), l'expansion des courants et des souffles, puis la conscience de la lecture et de la compréhension (résistances et transformation). Ainsi nous obtiendrons la liberté et le bonheur qui sont la promesse du yoga.

### Samedi 21 mars

Accessible à partir de six mois de pratique. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

### Dimanche 22 mars

Accessible aux personnes ayant participé le samedi et aux pratiquants avancés. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

1 journée 70 € / 2 journées 130 €

Joindre à l'inscription un chèque d'arrhes à l'ordre de André Rivoire (1 journée 15 € / 2 journées 30 €)

- JE M'INSCRIS AU STAGE DU SAMEDI 21 MARS  
 JE M'INSCRIS AU STAGE DU DIMANCHE 22 MARS

nom .....

prénom .....

adresse .....

commune .....

téléphone .....

e-mail .....

Inscription obligatoire auprès d'Isabelle Mullie  
14, rue Alphonse Terray 38000 Grenoble  
isabelle.mullie@gmail.com - 06 85 78 53 22

## STAGE AVEC ANDRÉ RIVOIRE

ENSEIGNANT DE YOGA IYENGAR À PARIS

Dans le travail postural, nous garderons la conscience et la vigilance dans le perfectionnement de l'alignement, afin de cultiver la forme dans la posture (points techniques), l'expansion des courants et des souffles, puis la conscience de la lecture et de la compréhension (résistances et transformation). Ainsi nous obtiendrons la liberté et le bonheur qui sont la promesse du yoga.

### Samedi 21 mars

Accessible à partir de six mois de pratique. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

### Dimanche 22 mars

Accessible aux personnes ayant participé le samedi et aux pratiquants avancés. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

1 journée 70 € / 2 journées 130 €

Joindre à l'inscription un chèque d'arrhes à l'ordre de André Rivoire (1 journée 15 € / 2 journées 30 €)

- JE M'INSCRIS AU STAGE DU SAMEDI 21 MARS  
 JE M'INSCRIS AU STAGE DU DIMANCHE 22 MARS

nom .....

prénom .....

adresse .....

commune .....

téléphone .....

e-mail .....

Inscription obligatoire auprès d'Isabelle Mullie  
14, rue Alphonse Terray 38000 Grenoble  
isabelle.mullie@gmail.com - 06 85 78 53 22

## STAGE AVEC ANDRÉ RIVOIRE

ENSEIGNANT DE YOGA IYENGAR À PARIS

Dans le travail postural, nous garderons la conscience et la vigilance dans le perfectionnement de l'alignement, afin de cultiver la forme dans la posture (points techniques), l'expansion des courants et des souffles, puis la conscience de la lecture et de la compréhension (résistances et transformation). Ainsi nous obtiendrons la liberté et le bonheur qui sont la promesse du yoga.

### Samedi 21 mars

Accessible à partir de six mois de pratique. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

### Dimanche 22 mars

Accessible aux personnes ayant participé le samedi et aux pratiquants avancés. 9h30 à 17h.  
Collation proposée lors d'une courte pause.

1 journée 70 € / 2 journées 130 €

Joindre à l'inscription un chèque d'arrhes à l'ordre de André Rivoire (1 journée 15 € / 2 journées 30 €)

- JE M'INSCRIS AU STAGE DU SAMEDI 21 MARS  
 JE M'INSCRIS AU STAGE DU DIMANCHE 22 MARS

nom .....

prénom .....

adresse .....

commune .....

téléphone .....

e-mail .....

Inscription obligatoire auprès d'Isabelle Mullie  
14, rue Alphonse Terray 38000 Grenoble  
isabelle.mullie@gmail.com - 06 85 78 53 22

## LIEU DU STAGE

---

Salle du Centre d'Etudes Bouddhiques (CEB)  
16 rue Thiers, Grenoble  
Au fond de la cour, 3<sup>ème</sup> étage  
code porte 47592

Pour situer le CEB :  
<https://goo.gl/maps/F7aaoRuopWu>

Possibilité de logement à l'hôtel Victoria  
17 rue Thiers, Grenoble  
04 76 46 06 36

32,5 € la nuit en chambre partagée  
50 € en chambre individuelle

<https://www.hotelvictoriagrenoble.com/contact>

## LIEU DU STAGE

---

Salle du Centre d'Etudes Bouddhiques (CEB)  
16 rue Thiers, Grenoble  
Au fond de la cour, 3<sup>ème</sup> étage  
code porte 47592

Pour situer le CEB :  
<https://goo.gl/maps/F7aaoRuopWu>

Possibilité de logement à l'hôtel Victoria  
17 rue Thiers, Grenoble  
04 76 46 06 36

32,5 € la nuit en chambre partagée  
50 € en chambre individuelle

<https://www.hotelvictoriagrenoble.com/contact>

## LIEU DU STAGE

---

Salle du Centre d'Etudes Bouddhiques (CEB)  
16 rue Thiers, Grenoble  
Au fond de la cour, 3<sup>ème</sup> étage  
code porte 47592

Pour situer le CEB :  
<https://goo.gl/maps/F7aaoRuopWu>

Possibilité de logement à l'hôtel Victoria  
17 rue Thiers, Grenoble  
04 76 46 06 36

32,5 € la nuit en chambre partagée  
50 € en chambre individuelle

<https://www.hotelvictoriagrenoble.com/contact>