

# STAGE DE YOGA IYENGAR

OUVERT AUX PRATIQUANTS DE TOUS NIVEAUX

L'Association Sanfloraine de Yoga est heureuse  
d'accueillir Cathy Boyer

Cathy enseigne le yoga depuis plus de 30 ans.  
Elle a créé le centre de yoga Iyengar® de Montpellier  
et anime des stages tout en proposant des cours  
particuliers, des suivis personnalisés et des  
supervisions de professeurs.  
Son enseignement se distingue par la précision de  
ses ajustements et l'écoute toute particulière  
qu'elle accorde aux sensations.  
[www.cathy-boyer.com](http://www.cathy-boyer.com)

Le 1 et 2 Juin 2024  
à Saint Flour

## HORAIRES DU STAGE

9h/12h Pratique posturale

14h/17h Remémoration de la pratique du matin et  
questions /réponses.

Suite de la pratique posturale, récupération et  
pranayama

TARIFS : 2 journées : 160€ / 1 journée : 90€

1/2 journée : 60€

REPAS: apportez votre pique-nique (collation légère)

infos : [yoga.iyengar.saint.flour@gmail.com](mailto:yoga.iyengar.saint.flour@gmail.com)

