



Samedi 31 Janvier 15h-18h  
Dimanche 1<sup>er</sup> mars 9h30-12h30



- **S'OFFRIR** un temps de pratique de yoga profond
- **APPROFONDIR** l'écoute des ressentis du corps
- Nous **CONNECTER** à notre source intérieure, la joie et le partage simples.

- Atelier de Carole 36 rue Pierre Bouvier 69270  
Fontaines sur Saône
- 30 € l'atelier
- **Envoyer un mail pour s'inscrire** en indiquant ce que vous **souhaitez explorer** pendant cet atelier : une **partie du corps** (bassin, nuque, épaules...), une **posture** ou une **famille de postures** (debout, extensions avant, arrière...), une **qualité** : centrage, apaisement, s'unifier...
- Venir muni.e de son matériel : 1 tapis, 2 briques, 1 sangle, 1 bolster et 1 ou 2 couvertures.

<https://www.eclectikyoga.com/fr/3-boutique>

Florence Suaton – 06 19 08 80 60  
Professeure de Yoga Iyengar©  
Thérapeute Transpersonnelle – Thérapeute de couple -  
Formatrice  
[www.liens-vivants.com](http://www.liens-vivants.com)  
[florence.suaton@wanadoo.fr](mailto:florence.suaton@wanadoo.fr)



Samedi 31 Janvier 15h-18h  
Dimanche 1<sup>er</sup> mars 9h30-12h30



- **S'OFFRIR** un temps de pratique de yoga profond
- **APPROFONDIR** l'écoute des ressentis du corps
- Nous **CONNECTER** à notre source intérieure, la joie et le partage simples.

- Atelier de Carole 36 rue Pierre Bouvier 69270  
Fontaines sur Saône
  - 30 € l'atelier
  - **Envoyer un mail pour s'inscrire** en indiquant ce que vous **souhaitez explorer** pendant cet atelier : une **partie du corps** (bassin, nuque, épaules...), une **posture** ou une **famille de postures** (debout, extensions avant, arrière...), une **qualité** : centrage, apaisement, s'unifier...
  - Venir muni.e de son **matériel** : 1 tapis, 2 briques, 1 sangle, 1 bolster et 1 ou 2 couvertures.
- <https://www.eclectikyoga.com/fr/3-boutique>

Florence Suaton – 06 19 08 80 60  
Professeure de Yoga Iyengar©  
Thérapeute Transpersonnelle – Thérapeute de couple -  
Formatrice  
[www.liens-vivants.com](http://www.liens-vivants.com)  
[florence.suaton@wanadoo.fr](mailto:florence.suaton@wanadoo.fr)

