

STAGES-RETRAITES YANTRA YOGA EN FRANCE EN 2016

- Dejamling, Stage Pranayama de Humkhara et 7ème Lodjong avec Patrizia Pearl, 13-16 mai 2016 (Pentecôte). Contact : dejamlingfr@gmail.com
- Audenge, Stage de Yantra Yoga avec Stella Rungen en lien avec ses bienfaits selon la médecine tibétaine, 13-16 mai 2016. Contact : 05.56.26.91.17. ou anandakara@orange.fr
- Dejamling, Stage avancé de Yantra Yoga : pleine présence dans le souffle et le mouvement avec Stella Rungen, 24-26 juin 2016. Contact : dejamlingfr@gmail.com
- Dejamling, Retraite collective de Yantra Yoga avec Stella Rungen, 23-27 juillet 2016. Contact : dejamlingfr@gmail.com
- Dejamling, Supervision de Yantra Yoga 1^{er} niveau avec Laura Evangelisti et Stella Rungen, 27 septembre-2 octobre 2016. Contact : dejamlingfr@gmail.com
- Audenge, Stage de Yantra Yoga, Yantras et Pranayama de la 2^{ème} série (4 applications profondes) avec Stella Rungen, 13-15 octobre 2016. Contact : 05.56.26.91.17. ou anandakara@orange.fr
- Le Luc (83), Stage de Respiration harmonieuse, Pranayama et mouvements Tsadul avec Stella Rungen, 28-30 octobre 2016. Contact : marc.pebay@club-internet.fr
- Dejamling, Stage Pranayama avec Stella Rungen, 2-4 décembre 2016. Contact : dejamlingfr@gmail.com

PRATIQUES RÉGULIÈRES :

- **Montpellier** (en cours d'organisation) : 1 samedi ou dimanche par mois avec Stella Rungen et 1 créneau hebdomadaire guidé par Hélène Soing.
- **Ille-sur-tet**, Salle Saint-Louis : Tous les lundis soir de 19h à 21h
Cours de Yantra yoga et pratique avec Stella Rungen.
- **Paris** : avec Jésus Martinez à Sangha Loka, 55 rue Quincampoix, 75004 Paris. Code A3719.
Métro Rambuteau ou Étienne-Marcel, RER Les Halles.

Pour toute l'année 2016, les cours de Yantra Yoga auront lieu un mercredi sur deux de **19h à 20h30** :

Mercredi 09 et 23 Mars
Mercredi 06 et 20 Avril
Mercredi 04 et 18 Mai
Mercredi 01 et 15 Juin

De plus, des cours de Yantra Yoga seront donnés certains samedis:

Samedi 6 Février de 10h à 13h + Après-midi de : 14h30 à 17h30

Samedi 5 et 19 Mars de 10 h à 13 h

Samedi 2 et 16 Avril de 10 h à 13 h

Samedi 14 et 28 Mai de 10 h à 13 h

Samedi 18 et 25 Juin de 10h à 13h

Contact : dzogchen.info@yahoo.com