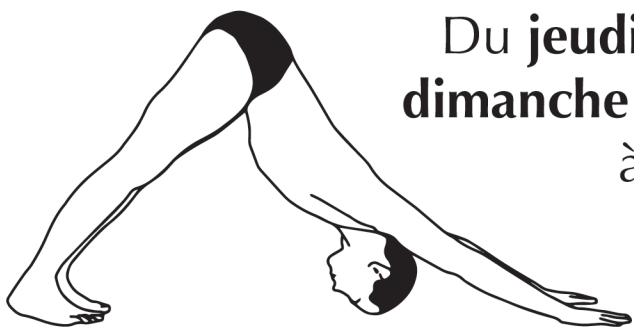


# STAGE Yoga Iyengar & escalade

Du **jeudi 30 Août 8h30** au  
**dimanche 2 Septembre 16h30**  
à **Briançon.**



**Chaque jour, 3 h de yoga et 3h d'escalade  
sur les parois naturelles du Briançonnais.**

La pratique du yoga iyengar sera tournée vers la préparation et la récupération des sessions d'escalade. En escalade, vous pourrez apprendre à être autonome en falaise et acquérir des éléments techniques de perfectionnement.

## **Amandine DÉAL**

Monitrice d'escalade (DEJEPS),  
et professeur de yoga Iyengar.

**06 70 30 88 37**

**amandine.deal05@gmail.com**

## **Charles CHATELAIN**

Professeur de yoga Iyengar.

**06 71 36 85 50**

**yogicharlie84@gmail.com**

**260 € les 4 jours.**

Arrhes : 100€ à régler au moment de l'inscription.

Pension et hébergement non compris.

Une liste d'hébergement pourra vous être transmise sur demande.

Prévoir des pic nic pour chaque midi.

Matériel tout compris à l'exception des chaussons d'escalade.



Salle Yoga Shala Briançon  
3 rue de la soie 05100 Briançon



yoga  
IYENGAR®  
FRANCE