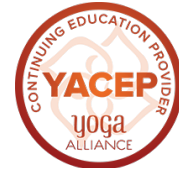




## **Cours Formation Continue YOGA ET ARTHROSE 26 – 27 MARS 2022**



- Si tu désires comprendre pourquoi Arthrose ne veut pas dire automatiquement douleurs
- Si tu veux découvrir dans quelles conditions le cartilage peut se régénérer (même lors d'une arthrose avancée)
- Si tu as envie d'apprendre des moyens simples et efficaces pour améliorer ta qualité de vie ou celle des participants à tes cours de yoga
- Si tu souhaites éclaircir le lien entre alimentation et Arthrose / Inflammation

Alors ce cours est pour toi !

Que tu sois enseignant(e) de yoga, personnellement touché(e) par l'arthrose et en souffrance, ou tout simplement intéressé par le sujet, je me réjouis de t'accompagner au long de ce weekend unique en Suisse romande.

Adepte de yoga depuis plus de 10 ans, ancienne sportive de haut niveau, je suis formée en yogathérapie à l'Institut de Yogathérapie de Paris.  
Spécialiste en manipulation des fascias et naturopathe, basée depuis 4 ans en Allemagne, je profite de mon retour en Suisse après les longues périodes de restrictions sanitaires pour proposer ce cours passionnant alliant théorie et pratique.

Ce cours est reconnu comme cours de formation continue Yoga Alliance (18 heures).

### **INFORMATIONS ET INSCRIPTION**

Le cours a lieu au Studio de Yoga "Be Here Now", Rue de l'Hôtel de Ville 16, 1470 Estavayer-le-Lac.

Samedi 26 mars 10h – 18h, Dimanche 27 mars 9h – 16h

#### ***Conditions de participation / remboursement :***

Annulation jusqu'à 14 jours avant le cours : 50% frais remboursés. Annulations jusqu'à 7 jours avant le cours : 25% des frais remboursés. A moins de 7 jours avant le début du cours, aucun remboursement accordé. Aucun frais retenus si un/une remplaçant(e) est proposé(e).

#### ***Collation / Repas :***

Nous aurons une pause de 90 minutes. Veuillez prévoir un picnic et suffisamment à boire.

#### ***Coûts :***

319 euros au lieu de 359 euros (incluant support de cours et certificat)

Inscription et questions par Mail : [suzanne.gergely08@gmail.com](mailto:suzanne.gergely08@gmail.com)

Plus d'infos sur moi : <https://shantih-atelier.de/fr/ueber-mich/>