

BHARATH SHETTY

STAGE DE YOGA AVEC

BHARATH SHETTY

4, 5 & 6 avril 2026

Né en Inde, Bharath Shetty, est diplômé du India Institute Vivekananda Kendra et du centre Vedanta. Il est installé à Mysore depuis 2005 où il donne cours et organise des formations pour enseignants. Il voyage également dans le monde pour partager sa connaissance du yoga et nous avons la chance de l'accueillir. Avec Bharath Shetty, nous prendrons part à une immersion en yoga :

Kramatva

Pratique structurée et évolutive pour tous niveaux. Nous verrons comment la respiration renforce notre pratique. Comment l'alignement corporel renforce l'endurance, la stabilité et la souplesse. Comment développer la concentration mentale et intensifier la relation entre le corps et l'esprit.

Arogyam

Nous verrons comment aider à la gestion de certaines maladies chroniques, du stress et la récupération après blessure.

HORAIRE

Samedi et dimanche
de 10h-12h30 et de 13h00-15h30
Lundi : de 9h30-12h30

LIEU

École Communale de Ragnies
Place Communale à 6532 Ragnies

PAF

180 euros pour les 3 jours
80 euros pour 1 jour
50 euros pour 1/2 jour
Si un logement est nécessaire
contactez-nous.

RÉSERVATION

Sur le compte Triodos de l'ASBL
Yoga India Thuin - BE08 5230 8048 4413
Le paiement tiendra lieu d'inscription
Mention : Nom + mail + num de portable

Plus à propos de Bharath Shetty www.bharatha.org

INFOS - yit.patsy@gmail.com - Tel : +32 479 91 10 48 - yogaindiathuin.be

