

Conditions générales

Dates du stage

Samedi 14 mars 2026 à partir de 15h00
au dimanche 15 mars à 17h30

Enseignement

Delphine Bloc professeure de Hatha Yoga
Affiliée à la FFEY

Lieu du stage

Centre Sumah Yoga
394 rue de Rouen
80000 Amiens

10 participants

Tarifs 150 €

(Supplément participation au repas du dimanche,
à prévoir 20 €)

Le prix comprend l'enseignement et la fourniture
des matériels et accessoires nécessaires aux
pratiques pendant le stage.



Horaires

Samedi

15h00 à 18h30

Pratiques de Hatha Yoga.
Santé et immunité

Dimanche

08h30 à 10h00

Pratiques ayurvédiques.
Pause thé chai

10h30 à 12h30

Pratiques de Hatha Yoga.
Concentration - méditation

12h30 à 14h00

Pause déjeuner

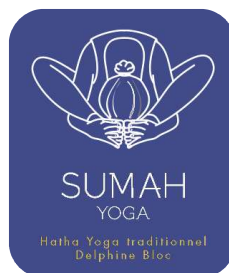
14h00 à 17h00

Nidra
Pratiques de Hatha Yoga
Concentration - méditation

Fin de stage.

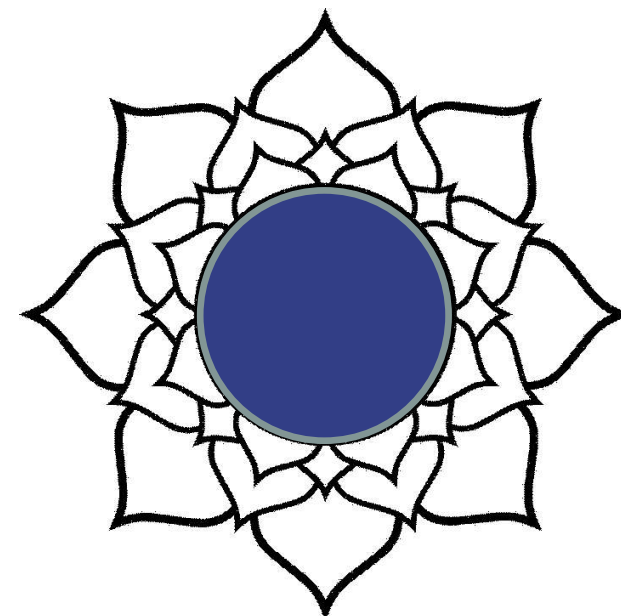
Programme et horaires à titre indicatif susceptibles
d'être modifiés.

Renseignements et inscriptions



Delphine Bloc
dphyt@yahoo.com
06 20 93 45 45

Saison 2026 Week-end des 14 et 15 mars



2 journées Hatha Yoga Immunité et Ayurveda

Centre Sumah Yoga
AMIENS

Bulletin d'inscription

à retourner avant le **1^{er} mars 2026**

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

Code postal: _____

Ville: _____

Tel: _____

Courriel: _____

Je soussigné(e) _____

m'inscris au stage de

**Hatha Yoga
Immunité et Ayurveda**

samedi 14 et dimanche 15 mars 2026

À cet effet, je verse la somme de 70 €, à titre d'arrhes,
à l'ordre de Delphine Bloc.

Le

Signature

Bulletin d'inscription à découper et à retourner
avec le règlement à

Delphine Bloc - Centre Sumah Yoga
394 rue de Rouen
80000 Amiens

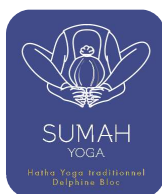


HATHA YOGA Immunité et Ayurveda

Comme à chacun de ses retours, le printemps nous incite à partager sa force de renouveau physique et spirituel.

Alors soyons à son rendez-vous en nous y préparant au mieux.

Grâce à *l'Ayurveda*, une science de la vie dont le **Hatha Yoga** fait partie intégrante, la mise en place de nouvelles pratiques vous donnera les bonnes habitudes quotidiennes de remise en forme en stimulant les défenses immunitaires bénéfiques à la santé.



Contact
Delphine Bloc
06.20.93.45.45
dphyt@yahoo.com

Lieu du stage

Centre SUMAH YOGA

Un espace dédié exclusivement aux
pratiques du Hatha Yoga,
spacieux et calme, propice à la
relaxation et au recentrage.

394 rue de Rouen
80000 Amiens
Contact - 06.20.93.45.45

