

# RETRAITE DE YOGA IYENGAR AU MAROC

(Tamraght)

13 au 20 OCTOBRE 2019



avec Rindra DIANOR

et la participation de Rodolphe BAUZET

**Tarif 650 euros**  
comprenant  
**Hébergement en pension complète**  
**Transferts aéroport d'Agadir**  
**Enseignement de Yoga Iyengar**

Possibilité de rajouter un forfait surf de 2h/jour à 175euros  
incluant transports et équipements



## **Programme**

**13 octobre**

16h-19h: accueil, informations et pratique douce

**du 14 au 19 octobre**

9h30-11h30: pratique des postures de base  
17h-19h: étirements vers l'avant, inversions et  
postures de détente

**Informations et inscriptions auprès de Rindra Dianor**

0637091932 [centreyogasana@gmail.com](mailto:centreyogasana@gmail.com)