



Fédération Française
de Hatha Yoga

Antenne Rhône-Alpes

Prévisionnel du week-end de formation - octobre 2018 - Yenne (73) *

Samedi 20 (accueil de 9h à 10h)	Dimanche 21 (fin du week-end 17h)
<p>Anatomie : Le membre supérieur et la ceinture scapulaire. Anthony TRAN</p> <p>Etude de posture : Sarvangasana Laure COUASNON et Zahia LORCHEL</p> <p>Préparation à l'enseignement du hatha yoga : Présentation de séance tel que l'a enseigné Mr Shri Mahesh Marc POLLY</p> <p>Veillée : Présentation de la fédération et de la nouvelle équipe de l'antenne Rhône - Alpes</p>	<p>Culture : L'Inde, son histoire, sa géographie, ses populations Anita LANGER</p> <p>Bibliothèque</p> <p>Connaissances théoriques et pratiques : Les fondamentaux du hatha yoga dans la pratique de Mr Shri MAHESH Marc POLLY</p> <p>(Pratiques dirigées par des professeurs de la fédération)</p> <p style="text-align: center;">ॐ</p>

* Une présentation détaillée (horaire) paraîtra au moins huit jours avant le début du week-end