

# ÉTÉ 2026

## STAGE DE 3 JOURS DU 12 AU 14 JUILLET

De 9.30 à 12.30 et de 15.00 à 18.00

avec *Sophie Caraconstantis*

Stage ouvert aux pratiquants initiés au yoga Iyengar,  
à partir de deux années de pratique. Pratique posturale et pranayama.

### Tarifs :

- \* Adhérents Yoga Huit : 195 €, T. réduit 165 €
- \* Non adhérents : 215 €, T. réduit 185 €
- \* Une journée : 70 €, T. réduit : 60 €
- Arrhes : 70€

*fiche d'inscription plus détaillée à  
télécharger en page Cours /Stages*

## STAGE UN JOUR ET DEMI VENDREDI 17 ET SAMEDI 18 JUILLET

- vendredi : 17.00 à 20.00
- samedi : de 9.30 à 12.30 et de 15.00 à 18.00

avec *Dominique Séchet*

- 5 années de yoga Iyengar requis -

Tarifs : 100 €, T. réduit : 90 €  
Arrhes : 50 €

*fiche d'informations plus détaillée à  
télécharger en page Cours /Stages*

## STAGE SAMEDI 29 AOÛT - JOURNÉE OU DEMI-JOURNÉE -

De 9.30 à 12.30 et de 15.00 à 18.00

avec *Jérôme Briaux*

- Tous niveaux -

### Tarifs :

- \* Journée : 70 €, T. réduit : 60 €
- \* Demi-journée : 40 €
- Arrhes : 15€



Renseignements et inscriptions : [yogahuit@free.fr](mailto:yogahuit@free.fr)