



Willy Bok & Rita Poelvoorde Yoga Iyengar en Corse  
T. 06 70 72 30 30  
willybok@belgacom.net poelvoorderita@gmail.com  
www.aumyoga.be

# Atelier de yoga Iyengar : bas du dos

Avec Rita Poelvoorde et Willy Bok enseignants certifiés en Yoga Iyengar

Samedi 28 janvier 2023 de 9h30 à 12h30

Zone à danser 56 av du Mont Thabor Pietralba 20090 AJACCIO

56, avenue du Mont Thabor 20090 Ajaccio :  
Sur Pietralba, prendre l'avenue du Mont Thabor, la suivre jusqu'au stade. Puis prendre la première à droite avant le stade, et ensuite suivre le chemin en terre jusqu'aux habitations en bois. C'est la dernière sur la droite en haut du chemin.



Participation : 35 € dont 20€ d'arrhes à donner au cours  
ou verser sur le compte de Willy Bok BE34 2100 4586 5490 BIC GEBABEBB

Objectifs : gérer un souci de bas de dos par la pratique de yoga Iyengar, découvrir l'anatomie du vivant sur soi ; développer l'art de l'observation, adapter les postures, utiliser des ajustements simples, des supports ...

NOM  Prénom

Téléphone  E- mail

Je m'inscris à l'atelier « bas du dos » du samedi 28 janvier 2023 et verse 20€ d'arrhes à Rita  
 ou verse 20€ d'arrhes sur le compte de Willy Bok BE34 2100 4586 5490 BIC GEBABEBB En communication : votre nom complet

Signature