

Vendredi 3 au dimanche 5  
aout 2018




SOLUNA paquis  
Rue du Môle 18, 1201 GE

**INSCRIPTION & INFORMATION**  
info@solunayoga.ch

# Approfondir sa pratique

animé par  
Laurence Bedogni & Solar Pope



Explorer le monde  
passionnant de l'être humain  
avec l'esprit ouvert et curieux.

Comme dans un laboratoire, affiner notre recherche au travers des  
innombrables façons de rentrer et sortir de nos postures  
mais aussi de nos croyances. L'influence de l'eau, la terre  
et le souffle nous guideront afin de nous délier de  
nos schémas structurels et de nous reconnecter  
avec la nature fonctionnelle  
d'un corps en mouvement.

VE : 18h30 – 20h30 – **FLEXIONS**  
SA : 10h00 – 12h00 – **FLEXIONS ET  
EXTENSIONS LATERALES**  
DI : 10h00 – 12h00 – **EXTENSIONS**

**PRIX**  
1 SESSION - CHF  
60.00  
3 SESSIONS - CHF  
150.00