



angela farmer & victor v. kooten

la voie de la conscience intérieure

les 20 et 21 février 2010

C'est avec une grande joie et honneur que je vous convie à une fin de semaine inoubliable avec Angela Farmer et Victor V. Kooten, deux maîtres reconnus mondialement qui m'ont toujours profondément inspirée...

- Lyne St-Roch

ouverts à tous : samedi de 9 h à 12 h & de 14 h à 16 h & dimanche de 14 h à 16 h

Au cours de cet atelier, vous découvrirez l'approche du yoga que favorisent Angela et Victor ; une invitation à vous libérer des méthodes rattachées à un style d'enseignement en particulier et de la pensée selon laquelle il existe une « manière correcte de pratiquer ». Par l'écoute attentive de votre corps et de ses besoins physiques et émotionnels, votre conscience pourra graduellement se tourner vers l'intérieur. Doucement, vous serez amenés à laisser aller vos mécanismes d'attachement, vos traumatismes et autres anciennes blessures en vous connectant plus profondément à votre source. Angela et Victor enseigneront également certaines techniques de visualisation qui permettront de diriger l'énergie vitale au-delà des frontières du corps physique et ainsi, élargir l'espace à l'intérieur de nous. Une invitation à un retour vers le calme, la sensation de liberté et l'ouverture de l'esprit sur l'extérieur.

pour professeurs de yoga et étudiants en formation professeurs : dimanche de 9 h à 12 h

En tant que professeurs, Angela et Victor cherchent à amener leurs étudiants vers un espace à la fois sécurisant et ouvert à l'exploration de leur plein potentiel. Au cours de cet atelier, ils s'intéresseront à la manière dont une approche plus pragmatique en yoga peut aider le professeur et l'étudiant à communiquer et se connecter l'un à l'autre. Ensemble, vous pourrez ainsi découvrir et vous ouvrir plus profondément à l'immense univers des possibilités qu'offre chaque asana.

Pour plus d'information à propos d'Angela et Victor, visitez leur site internet au www.angela-victor.com.

coût pour samedi et dimanche après-midi : 245 \$ taxes incluses / l'atelier sera donné en anglais
coût de la matinée du dimanche : 95 \$ taxes incluses / l'atelier sera donné en anglais

informations et inscriptions : Studios Lyne St-Roch / (514) 277-1586 / www.lynestroch.com

studios | Lyne St-Roch