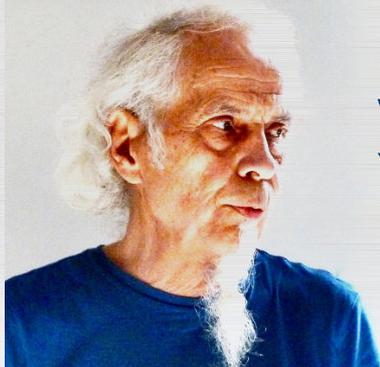


Pierre  
ALAIS

Elève de l'Ashram Shivananda  
Élève de TKV. Desikachar



seminaire  
YOGA

# Pranayama et clarté de l'esprit

Sam. 19 nov 2022

Conférence

18-20h

Dim. 20 nov 2022

Stage pratique

10-17h

Châteauneuf de Grasse (06)

PROGRAMME Sam 17h45 accueil  
**18h00 > 20h00 (2h) conférence**  
Dim. 9h45 accueil  
**10h00 > 12h00 (2h00) pratique guidée**  
**14h30 > 17h00 (2h30) pratique guidée**

*Alors, le voile obstruant  
la clarté est supprimé*

YS II.52

INTERVENANT **Pierre Alais**

- Élève de l'Ashram Shivananda (1971-1972)
  - Élève direct de TKV Desikachar (1977-1978, 1983)
  - Auteur de nombreux ouvrages sur le Yoga
  - Vice-président de l'IFY Méditerranée
- web : [alais-yoga.fr](http://alais-yoga.fr)

LIEU **Salle du Plantier**  
**Route du village - D203**  
**06740 Chateauneuf de Grasse**

PARTICIPATION **15€** la conférence  
**65€** le stage pratique

inscription en ligne  
+10€ après le 11 novembre

INSCRIPTION [eric@yogaazur.fr](mailto:eric@yogaazur.fr)  
06 60 42 26 32  
[yogaazur.fr](http://yogaazur.fr)



**YOGA AZUR • FR**  
Yoga / Méditation

