



## STAGE DE YOGA avec Jean-Claude LARZABAL au THEATRE du CENTAURE

Jean-Claude LARZABAL enseigne un « yoga sans étiquette » depuis plus de 50 ans. Sa dynamique puise à des sources pluridisciplinaires : formé aux techniques du corps (approche « méziériste » pour sa structuration musculaire et articulaire), à la dynamique mentale, à la relaxation et à la méditation, il est aussi très influencé par sa rencontre avec SRI DESIKACHAR. Jean-Claude est attaché à sortir les pratiques d'un contexte souvent réducteur, pour les intégrer à notre quotidien, selon la spécificité de chacun, dans une vision globale qui fuit le folklore du yoga contemporain.

*« La pratique juste modifie la perception que nous avons de nous-mêmes, en même temps qu'elle modifie la perception de tout ce qui nous entoure, notre relation aux autres et au monde. Nous développerons cette compréhension dans toutes les modalités d'être ».*

Ayant quitté Marseille et ses élèves, Jean-Claude revient y donner quelques stages pour ses anciens élèves et des nouveaux venus.

Chaque stage est suivi d'un moment de partage.

⇒ Apporter quelque chose à manger et à boire en guise de déjeuner

### PROCHAINES DATES DE STAGE & TARIF :

- dimanche 16 mars de 10h à 12H
- dimanche 27 avril de 10h à 12H
- dimanche 18 mai de 10h à 12H
- dimanche 29 juin de 10h à 12H
- Coût du stage : 45 €

INSCRIPTIONS : [marie.mandy123@orange.fr](mailto:marie.mandy123@orange.fr) | 06 10 18 71 89