

6

SEPTEMBRE
Lundi

YOGA SAUMUR

REPRISE DES ACTIVITÉS

LUNDI 6 SEPTEMBRE 2021

COURS DE YOGA SONORE

9H30-10H30
14H30-15H30
18H30-19H30

Tarif : 70 euros - Septembre-Octobre (7 séances).

Places limitées : 8 personnes maximum par cours.

YOGA EN ENTREPRISE



LES BIENFAITS DU YOGA EN ENTREPRISE

Réduction du stress,
Concentration
Esprit d'équipe
Confiance en soi,...



+33 632 56 72 82



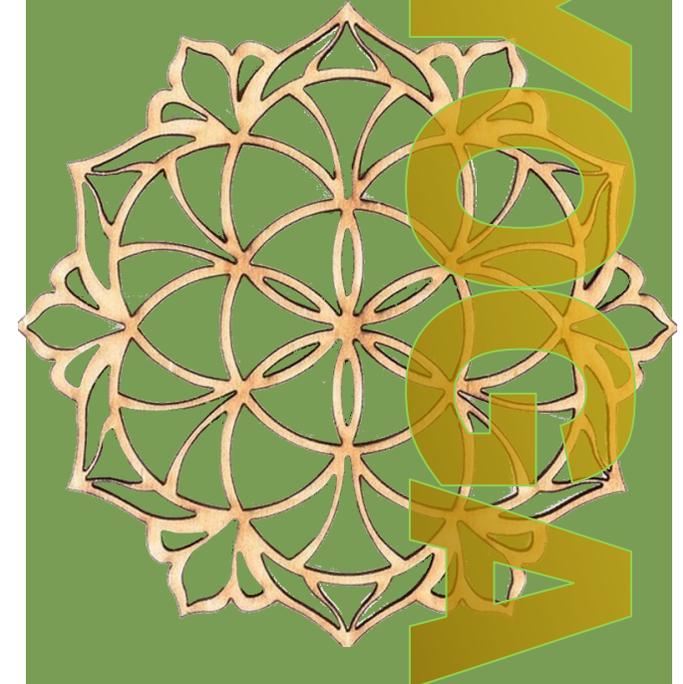
marinella.occorso@gmail.com



32 Bis, rue de Terrefort
(entrée par le chemin à côté du 34, portail à droite.)
49400, Saumur



YOGA Marinella
OCCORSO



**SE POSER, RESPIRER,
SE RETROUVER**

Cours de Yoga et Chant à
Saumur et ses environs



**Marinella
Occorso Mario**

Diplômée en 2012 en vini yoga à l'Institut Français de yoga, j'ai continué à me former les années suivantes (2013-2014) au yoga thérapie prénatal et au yoga enfants et famille. En 2018 je me suis formée à Paris au Childplay Yoga, avec Gurudass Kaur : jouer au yoga avec les enfants.

Une nouvelle formation de yoga est venue enrichir ma pratique et mon enseignement en 2017, la formation pour instructeur de Kundalini Yoga, yoga qui aide à l'éveil du potentiel créatif de chacun, et dans lequel le chant des mantras et la méditation sont très présents.

Passionnée également de musique et de chant, je suis devenue en 2014 Animatrice en Chant prénatal et j'ai suivi les ateliers sur la Voix Humaine du Roy Hart Théâtre. A côté de l'enseignement du yoga, depuis 2011, pour différents publics (groupes, entreprises, prénatal, enfants, écoles, individuels) je chante régulièrement, plusieurs répertoires, chant de mantras, chant du monde, musique classique.

Récemment je me suis formée au soin à travers les diapasons thérapeutiques, au Reiki, à la relaxation au Gong. Je suis actuellement inscrite à une formation de Yoga du son à Nantes.

SEPTEMBRE - DECEMBRE 2021

HORAIRES DES COURS

YOGA SONORE

HORAIRES		TARIFS
Lundi	09h30-10h30 14h30-15h30 18h30-19h30	Le tarif pour septembre et octobre est de 70 euros. Une séance supplémentaire pendant les vacances scolaires sera éventuellement prévue, avec inscription et paiement à la séance).

SONOTHERAPIE; SOIN AUX DIAPASONS THERAPEUTIQUES

HORAIRES	TARIFS	
Selon disponibilités	1 Séance (1 heure)	50€
	Posibilités de composer la séance avec d'autres techniques : comme le Yoga, l'Exploration de la voix ou d'autres instruments de musique. (1 heure 15')	60€

SÉANCE D'EXPLORATION DE LA VOIX

HORAIRES	TARIFS	
Selon disponibilités	1 heure	50€

YOGA ET CHANT PRÉNATAL

HORAIRES	TARIFS	
Selon disponibilités	1 séance individuelle	40€
	1 séance en groupe (max:2)	30€
	Forfait 4 séances en groupe	90€
	1 séance en couple	50€

YOGA EN ENTREPRISE

HORAIRES	TARIFS	
Selon disponibilités	1 séance	60€

COURS INDIVIDUELS

HORAIRES	TARIFS	
Mardis et mercredis dans l'après-midi	1 Séance de 1h15:	50€
	Posibilités de composer la séance avec le Diapason thérapeutique et/ou l'Exploration de la voix.	60€

VOUS AIMEZ LE YOGA?

INSCRIVEZ-VOUS À UN COURS D'ESSAI GRATUIT

YOGA SONORE