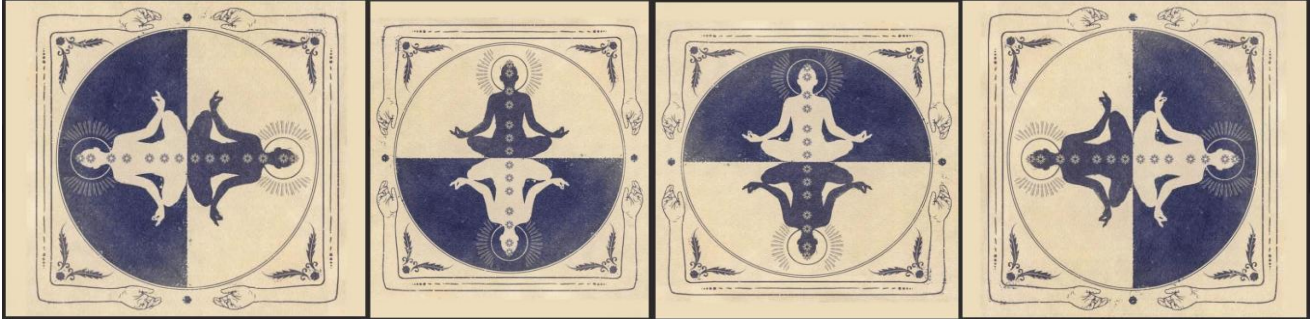


# योगा इंतेग्रला



## Pratique quotidienne ॐ Approche philosophique ॐ

**Dimanche 21 juin 2026 : 15h00-18h00**

### Programme

- Bref exposé des fondements du **Yoga Intégral**, issu de la tradition indienne

### Pratique

- Asana
- Prânayama
- Concentration, méditation, mantra...
- Yoga Nidra

**Animateurs :** Armelle et Antoine Fillet  
yogasanum@gmail.com tel : 06 78 35 66 19

**Lieu :** Atrium de Chaville, Salle Tchaïkovski 3, Parvis Robert Schumann 92370

**Tarif :** 35 €

Merci d'apporter votre tapis, plaid et coussin



### Bulletin d'inscription

Je m'inscris pour l'Atelier de Yoga du 21/06/2026, je verse la somme de.....€  
Virement bancaire ou chèque à l'ordre de Yogasanum

Nom et Prénom : .....

Adresse courriel (en majuscules) .....

Tél. : .....

Signature :