



## Formation continue avec Lucie Pfefferlé Programme du printemps 2022

### Thèmes et dates :

- **Philosophie & Pratique**, les **12.03.2022** et/ou **11.06.2022**  
Il s'agit de deux journées (7h) de soutien à la pratique personnelle dont le contenu est conçu de manière à être complet en lui-même. L'inscription est possible pour l'une ou l'autre, ou les deux. Une suite sera proposée pour l'automne 2022.  
À chaque date, deux parties théoriques en philosophie indienne vous seront proposées, avec quelques petites pratiques de ressenti ou analyse, une séance complète de 90' et des temps d'échanges entre yogi-yogini
- **Āyurveda & Pratique posturale avec prise de pouls**, le **30.04.2022**  
Il s'agit d'une première date mais d'autres vous seront proposées en automne 2022.  
Cette journée verra se succéder tour-à-tour de la théorie avec quelques grandes lignes à connaître sur l'āyurveda, une étude des effets ressentis dans la pratique de diverses postures, des exercices de prise de pouls avant et/ou après la pratique de ces postures, une séance complète de 90' et des temps d'échanges entre yogi-yogini

**Public** : Pour enseignants/tes de yoga **mais aussi** pour pratiquants/tes de yoga de toute tradition

**Horaires** : De 09h à 17h avec pauses échanges et pause-repas d'une heure vers 12h30'  
Repas à prévoir mais boissons et fruits à disposition

**Précisions** : Par mail [cfeybansuri@bluewin.ch](mailto:cfeybansuri@bluewin.ch) ou au **079/389.21.45**

**Prix** : CHF160.- la journée, à verser sur **BCVs Sion - IBAN CH61 0076 5001 0120 9810 0**  
**au plus tard 5 jours avant la date** pour confirmer votre participation. **Merci !**

Au plaisir de vous retrouver ou de vous rencontrer bientôt et de vous accueillir dans notre salle de Sion/VS, au 27b de la Route de Chandoline, bâtiment Galantica3 rose avec fenêtres bleuâtres et silhouettes grandeur nature de couleur noire. Voir précisions sur [www.bansuriyoga.ch](http://www.bansuriyoga.ch)

Sion, le 30.11.2021/lp

*Certifiée Yogakshemam – Diplômée YCH/UEY*  
*Attestation-quittance de formation continue délivrée en fin de journée*