

Elève de Bernard BOUANCHAUD, dans la lignée de KRISHNAMACHARYA et TKV DESIKACHAR, diplômée de l'Institut Français de Yoga et de Viniyoga Fondation, je vous propose :

✿ **des cours hebdomadaires de YOGA,**
en petits groupes, durée : 1H15,
ouverts à tous, dans le respect
des possibilités de chacun.

à Angoulême :

le mardi à 20h15,
le jeudi à 12H30,
le jeudi à 17h30,
le jeudi à 19h15,
le vendredi à 9h.

à Balzac :

le mardi à 18h30,
le mercredi à 10h45.

à Courbillac:

le mardi à 10h30.

à Genac :

le mercredi à 17h (yoga sur chaise)
Le mercredi à 18h30
le jeudi à 10h15.

à Saint-Amant-de-Boixe :

le lundi à 18h30.

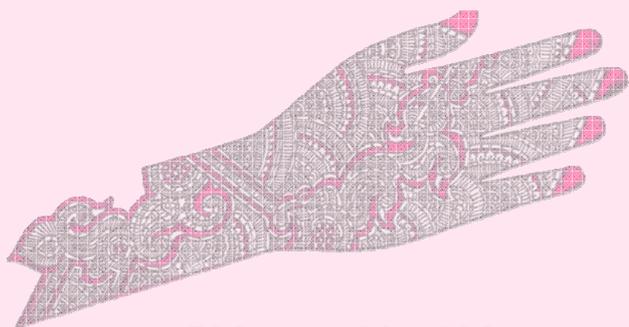
à Vindelle :

le mercredi à 9h,
le vendredi à 18h30.

✿ **des ateliers et des stages,**
✿ **des cours individuels.**

Formée à TAPOVAN, auprès de Kiran VYAS et de son équipe, je vous propose :

✿ **des massages indiens**
de tradition ayurvédique,
adaptés à votre constitution,
à Vouharte ou à votre domicile.



1H : 50€ 1H30 : 70€
tulsi.massages@gmail.com

Elève de Bernard BOUANCHAUD, dans la lignée de KRISHNAMACHARYA et TKV DESIKACHAR, diplômée de l'Institut Français de Yoga et de Viniyoga Fondation, je vous propose :

✿ **des cours hebdomadaires de YOGA,**
en petits groupes, durée : 1H15,
ouverts à tous, dans le respect
des possibilités de chacun.

à Angoulême :

le mardi à 20h15,
le jeudi à 12h30,
le jeudi à 17H30,
le jeudi à 19h15,
le vendredi à 9h.

à Balzac :

le mardi à 18h30,
le mercredi à 10h45.

à Courbillac:

le mardi à 10h30

à Genac :

le mercredi à 17h (yoga sur chaise)
Le mercredi à 18h30
le jeudi à 10h15.

à Saint-Amant-de-Boixe :

le lundi à 18h30.

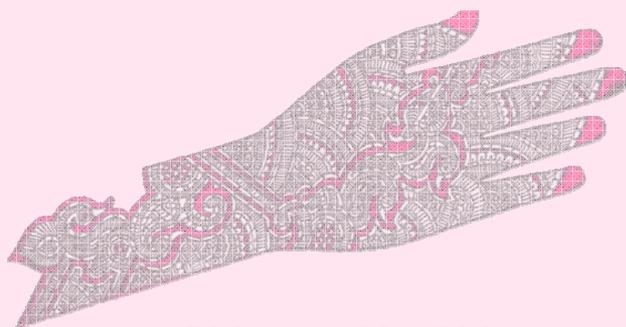
à Vindelle :

le mercredi à 9h,
le vendredi à 18h30.

✿ **des ateliers et des stages,**
✿ **des cours individuels.**

Formée à TAPOVAN, auprès de Kiran VYAS et de son équipe, je vous propose :

✿ **des massages indiens**
de tradition ayurvédique,
adaptés à votre constitution,
à Vouharte ou à votre domicile.



1H : 50€ 1H30 : 70€
tulsi.massages@gmail.com



Pratiquer le **YOGA** et l'**AYURVEDA**,
ces deux disciplines millénaires qui
harmonisent le corps et l'esprit,
c'est trouver une profonde **détente**,
se mettre à l'**écoute** de son
intériorité,
développer **souplesse, équilibre,**
concentration et **énergie**.
C'est découvrir un art de vivre !



Pratiquer le **YOGA** et l'**AYURVEDA**,
ces deux disciplines millénaires qui
harmonisent le corps et l'esprit,
c'est trouver une profonde **détente**,
se mettre à l'**écoute** de son
intériorité,
développer **souplesse, équilibre,**
concentration et **énergie**.
C'est découvrir un art de vivre !



SIRET : 752 633 982 00018

claudine.garguilo@wanadoo.fr
180 rue de la fontaine 16330 VOUHARTE

06 10 39 02 78

Claudine GARGUILO



SIRET : 752 633 982 00018

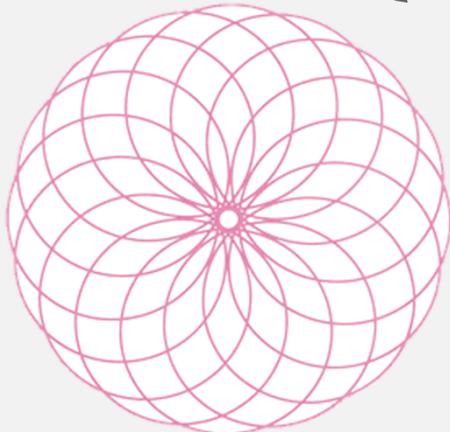
claudine.garguilo@wanadoo.fr
180 rue de la fontaine 16330 VOUHARTE

06 10 39 02 78

Claudine GARGUILO

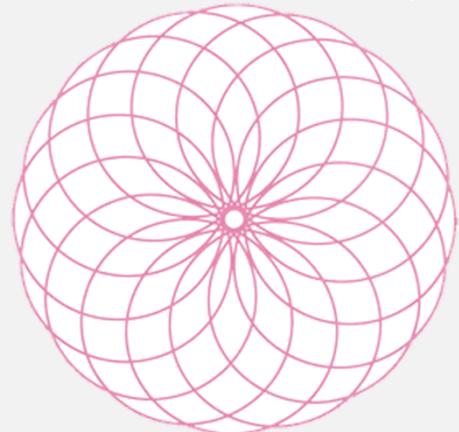


YOGA



AYURVEDA

YOGA



AYURVEDA