



DU 4 AU 10 JUILLET
2026

STAGE YOGA ET CHAKRAS



YOGA
MÉDITATION
PHYSIOLOGIE
ÉNERGÉTIQUE
PSYCHOLOGIE



Contact

SANDRA LEONARD 06 34 37 05 95
STUDIO HAMAICA - ANGLLET

WWW.THAI-YOGA-MASSAGE.FR

PROGRAMME SUR 2 JOURS

PRENDRE UN TEMPS POUR SOI, MIEUX SE CONNAÎTRE ET VIVRE EN HARMONIE

✦ Pratiques de yoga adaptées à vos besoins du moment

✦ Méditation accessible à tous, en lien avec chaque centre énergétique

✦ Lumières sur les chakras pour vous éclairer sur vos fonctionnements

✦ Gestion et transformation des émotions

✦ Retrouver sa vitalité, augmenter sa fréquence vibratoire

✦ Mieux comprendre sa physiologie, sa psychologie et répondre à ses besoins



SANDRA LEONARD



ENSEIGNANTE DE YOGA,
CONSULTANTE EN NUMÉROLOGIE,
PRATICIENNE EN MASSAGE ET
FORMATRICE, DEPUIS 20 ANS.



TARIF À LA JOURNÉE : 70€

450€