

J'ai le plaisir de vous annoncer que je vais changer de lieu d'enseignement **à partir du 1<sup>er</sup> Janvier 2022**. Je quitte Puyricard pour aller à Pont Royal (13370 Mallemort).

Tous les **week-ends et stages** prévus à **Puyricard** jusqu'à la fin de l'année **sont maintenus**. Les 3 week-ends supplémentaires indiqués ci-dessous seront une occasion pour découvrir le nouveau centre de Yoga. Le déménagement définitif se fera début janvier.

**CONTACTEZ MARGUERITE POUR VOUS INSCRIRE : 04 42 66 03 97**

## **Programme week-ends additionnel dernier trimestre 2021** **Enseignements Christian Tikhomiroff**

CENTRE DE YOGA DE PONT ROYAL  
(A coté de Jason Smith Immobilier)  
Hameau des 3 Collines - Rue du Campanile  
Domaine du Golf de Pont Royal  
13370 MALLEMORT  
04 42 66 03 97 – [contact@natha-yoga.com](mailto:contact@natha-yoga.com)

### **16/17 Octobre 2021: Mantra de Kali, de Shiva et leur fusion**

Le shivaïsme nâtha utilise les mantra comme une sorte de prânâyâma dans le sens premier du terme (prâna = énergie - ayama = diffusion), diffusion de l'énergie par le souffle et le son. Kali symbolise l'énergie, Shiva la conscience, leur union est comme une fusion mystique que nous essayerons de réaliser dans ces mantra.

Samedi 14h/19h – Dimanche 9h/17h.

---

### **6/7 Novembre 2021: Rituel de lien avec les énergies de Ganesh : Riddhi, Siddhi et Buddhi.**

Développer en soi et dans son environnement les énergies propitiatoires de Ganesh et de sa shakti. 3 petits rituels.

Samedi 14h/19h – Dimanche 9h/17h.

---

### **11/12 décembre 2021: Enseignements du Maître Icchanath de Varanasi sur la non-dualité - NOUVEAUX ENSEIGNEMENTS**

Samedi 14h/19h – Dimanche 9h/17h.

Participations par week-end : 220€.