



Willy BOK  
Centre de Yoga BKS® Iyengar de Bruxelles  
Rue de la Cuve 26, 1050 Ixelles  
02 345 35 60 willybok@belgacom.net  
www.aumyoga.be

## Ateliers sur le bas du dos et & la région sacro-iliaque en 2019

avec Willy Bok les 7+8/09 et 30/11+1/12

Objectif : développer les bases de l'approche curative du yoga Iyengar par l'art de l'observation, l'étude des postures adaptées, les ajustements manuels, l'utilisation des supports. L'atelier comprend 1 heure de pranayama et un travail sur de vrais élèves. Il est accessible aux professeurs, élèves en Mentorat et élèves réguliers depuis minimum 3 ans.

- Samedi 7/9 & dimanche 8/9: sur le bas du dos
- Samedi 30/11 & dimanche 1/12: sur la région sacro-iliaque

Samedi: 16h-19h Dimanche: 9h-12.30 & 14-17h

**Participation:** 95€/par atelier ou 180€ pour les deux ateliers.

**Lieu:** Centre de Yoga BKS Iyengar de Bruxelles  
Rue de la Cuve 26, 1050 Ixelles

-----  
**Document d'inscription** à renvoyer à [willybok@belgacom.net](mailto:willybok@belgacom.net)

Prénom : ..... NOM : .....

Adresse mail : .....

Téléphone : .....

Choisissez :

Je m'inscris au stage du 7 & 8/09, OU  au stage du 30/11&1/12

Je m'inscris aux 2 stages 7 & 8/09 ET 30/11 & 1/12

Et verse le montant (95€ ou 180€) sur le compte de Willy BOK

BE34 2100 4586 5490 (BIC GEBABEBB)

En communication: votre Nom + date(s) de l'atelier

Signature :