

# *Studio de Yoga Iyengar de Pau*

## *Le yoga*

D'origine sanskrite signifiant « union », le yoga définit à la fois l'état d'unité intérieure et la méthode pour y parvenir. Ainsi le yoga a des bienfaits sur les plans physique, psychologique et spirituel.

## *L'enseignante*

Certifiée auprès de l'Institut Ramamani Iyengar de Pune en Inde, Sylvie PIN-RUIZ pratique depuis 1995 et enseigne depuis 2011.



*Cours de différents niveaux et stages.*

Détails des horaires et tarifs au verso.

4, rue Rauski 64000 Pau - 06 17 46 24 63 - [sylvie.pinruiz64@gmail.com](mailto:sylvie.pinruiz64@gmail.com)

[www.studio-yoga-iyengar-pau.com](http://www.studio-yoga-iyengar-pau.com)