

# Stage de Yoga Iyengar®

## Le Sappey-en-Chartreuse (38400)

**Du vendredi 15 au mardi 19 Aout 2025**

(prolongation du 21 au 23 Aout pour les enseignants et les élèves en mentorat)

## *A propos de Svādhyāya*



### • Avec Juliette Dürrleman

- Pratiquante depuis 1995, professeure certifiée de niveau 3, elle enseigne le Yoga Iyengar depuis 21 ans. Durant 23 ans elle a aussi exercé le métier d'artiste chorégraphique et enseigné la danse contemporaine à des publics variés.

### • Lieu et horaires :

- Dans la salle de restauration scolaire du village
- 9h/12h30-15h30/18h (planning plus précis une semaine avant)
- Tarifs :**
  - 390 € session 1** du 15 au 19 Aout
  - 665 € session 1 et 2** du 15 au 19 et du 21 au 23 Aout
  - + 20 € d'adhésion** à l'ass. MOVY
  - L'hébergement et les repas ne sont pas prévus.**
- Le village du Sappey est situé à 12 kms de Grenoble à 1000 m d'altitude dans un environnement privilégié.

- Pour ceux qui souhaiteraient loger sur place, voir  
**Office du tourisme : tel. +33 (0)4 76 88 84 05**  
**[www.grenoble-tourisme.com](http://www.grenoble-tourisme.com)**

### • Chaque stagiaire apportera son propre matériel :

Un tapis antidérapant, 2 briques, 2 sangles, 4 couvertures, et si possible 1 bolster et 1 chaise de yoga.

### • Inscriptions :

#### • Niveaux requis

- Session 1 : Niv. Général** (minimum requis : 2 ans de pratique assidue dans des cours de niveau général/ intermédiaire ou avancé + autonomie dans les principales inversées)
- Session 1 et 2 : Enseignants et élèves en mentorat N1 et N2.**
- Inscription par ordre d'arrivée et à réception du bulletin d'inscription complet.**
- Merci de contacter Juliette avant toute inscription.**
  - Juliette Dürrleman /06 31 85 21 39/  
**[jdurrleman@wanadoo.fr](mailto:jdurrleman@wanadoo.fr)**
  - <https://yoga-mouvement.com>**