



SOLEIL D'OR

146, Rue Raymond Losserand, 75014 PARIS

Tél : 01 45 43 50 12 ou 06 20 48 37 74

www.soleildor.org e-mail : zacia.soleildor@gmail.com

Formation Praticien en Ayurveda à Pondichéry Inde

1 Sirodhara	Filet continu et régulier sur le front
2 Ela-Kizhi	Massage aux huiles avec des pochons de feuillage
3 Kati Vasti	Bain d'huile sur une région du corps dos/genoux/cou/ventre
4 Udwarthanam	Application d'une poudre de plantes chaudes en massage profond
5 Netra Tarpanam	Bain des yeux au ghee
6 Dhanyamla Dhara	Filet continu sur le corps d'un liquide fermenté
7 Siro Vasti	Bain d'huile sur la tête

Lieu : Centre Franco-Indian-Ayur-Center Pondichéry INDE

Date : du 31 Juillet au 10 Août 2018

Horaires de cours : 06h00 à 08h00 / 08h45 à 12h45 / 14h45 à 17h30

Prix : Formation 1200 € En supplément : Hébergement, Repas, Taxi 413 €

Pour plus de renseignements s'adresser à zacia 06.20.48.37.74.

06h30 à 07h00 Méditation

07h00 à 08h00 Eveil corporel & Yoga

08h00 à 08h45 Repas

08h45 à 10h15 Théorie, Conférence, Lecture

10h15 à 12h45 Pratique

12h45 à 14h45 Repas

14h45 à 17h30 Pratique & Expérience

Sous la direction de :

ZACRIA Directeur du Soleil d'Or, et des formations en yoga, et ayurveda.

Enseignant (pionnier en Europe) de VARMA-KALAI - Art martial de l'Inde. Fondateur de l'International Varma-Kalai et d'une clinique ayurvédique à Pondichéry.

Originaire de Pondichéry (Inde), il vit en France depuis 48 ans.

Sabine BOUGUES Enseignante, formatrice et praticienne en yoga et ayurveda. Spécialiste de Yoga prénatal et Yoga maman-bébé, Yoga des yeux, yoga-nidra et méditation. Pratique de l'art des points vitaux (Varma-Kalai) Nombreux séjours en Inde dont une année d'étude

Saheer Directeur de clinique ayurvédique à Pondichéry (Inde), ' Franco-Indian-Ayur-Center', Praticien et formateur en ayurveda