

FRANÇOIS RAOULT

Le Yoga Des Spirales



FRANÇOIS RAOULT M.A. ERYT 500

est le fondateur du Centre Open Sky Yoga à Rochester, NY et enseigne le yoga depuis 1975. C'est à 19 ans, lors d'un pèlerinage en Inde qu'il est amené à explorer la voie du yoga.. En 1976, il rencontre Sri B.K.S. Iyengar duquel il reçoit une certification. . Chaque année, il donne des retraites avec sa femme Nathalie au Mexique, en Crete et dans le Sud de l'Inde. Musicien accompli, certifié en Gong Yoga et Yoga du Rire (!). François Raoult détient une maîtrise en ethnomusicologie.

A BRUXELLES 7&8 Octobre 2023

En Asana, en Pranāyama, en méditation, dans la Nature et la Vie, nous voyons et sentons des spirales, Nous sommes des vortex. Il y aura dans ce stage de la créativité et bien sur des pratiques du yoga influencées par B.K.S. Iyengar, l'anatomie expérimentale, le Yoga du Son (Nāda) et basées aussi sur le livre de François *My Lifāsana*. Dans son enseignement, François improvise sur un thème comme dans la musique de jazz ou comme dans un raga indien... Rien de vraiment nouveau mais toujours renouvelé.

“Nous n'arrêtons jamais d'explorer, et le terme de toute exploration sera le retour au point de départ et le connaître pour la première fois.”

—T. S. ELLIOTT

LIEU DU STAGE Centre Perou, avenue du Perou 23, 1000 Bruxelles

HORAIRES Samedi et dimanche 9h-16h (avec pause repas)

COUT €180 (€150 pour les gradué.e.s de ETT 200h)



Inscription sur le site www.openskyyoga.com

www.openskyyoga.com
yogawave108@gmail.com