



Āsana, Pranāyama, Dhyana, Nāda

(Yoga de la respiration, des postures et du Son)

FRANÇOIS 3 RAOULT

A BRUXELLES 4 & 5 Octobre 2025

Toutes les facettes du yoga sont interdépendantes. L'architecture des postures, le système des fluides et la respiration, la forme et le contenu s'influencent mutuellement. 2025, année marquant les 50 ans d'enseignement de François offre une occasion de plonger dans l'essentiel de la pratique. Il y aura dans ce stage des pratiques influencées par B.K.S. Iyengar et d'autres basées sur le livre *My Lifāsana* (Open Sky Editions, 2022).

Rien de vraiment nouveau mais toujours renouvelé.



“A mind is like a parachute,
it does not work if it is not open.”
—FRANK ZAPPA

www.openskyyoga.com
yogawave108@gmail.com



FRANÇOIS RAOULT
M.A. ERYT 500

est le fondateur du Centre Open Sky Yoga à Rochester, NY et enseigne le yoga dans le monde 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 à Venise, en Crète et dans le Sud de l'Inde. Musicien accompli, certifié en Gong Yoga et Yoga du Rire (!). François Raoult détient une maîtrise en ethnomusicologie.

LIEU DU STAGE

Centre Perou,
avenue du Perou 23,
1000 Bruxelles

HORAIRES

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

COÛT €180

(€160 pour les gradué.e.s
de ETT 200h)

Inscription sur le site

www.openskyyoga.com