

# TARIFS YOGANGE

## SEANCES PRIVEES

Durée d'une séance : 1 h00

### FORMULE 1

#### YOGA THERAPIE & YOGA

1 ENTRETIEN BILAN SANTE	60 €
1 SEANCE	40 €
5 SEANCES	175 €
10 SEANCES	300 €

### FORMULE 2 \*

#### YOGA THERAPIE

1 ENTRETIEN BILAN SANTE	60 €
1 SEANCE	60 €
5 SEANCES	275 €
10 SEANCES	500 €

\* SEANCES AVEC ECRITS, AUDIOS, VIDEOS PERSONNALISEES

Christian MAGNISSALIS  
nathayogaazur@gmail.com

Tél. 06 84 49 96 22

**WWW.YOGANGE.COM**

# YOGANGE

## SEANCES PRIVEES

### OBJECTIFS SEANCES YOGA THERAPIE & YOGA

Ces séances privées s'adressent à des personnes désireuses de retrouver la santé, un équilibre, une certaine sérénité mais aussi une forme physique et mentale, grâce aux techniques respiratoires et posturales du yoga, animées et enseignées dans un espace zen privé agréable et confortable.

Ces séances vont vous offrir à la fois un accompagnement, une méthode de santé permettant de diminuer vos douleurs, d'apaiser votre mental, de retrouver de l'énergie, de la force, de la souplesse, de rééduquer votre dos, d'apprendre à vivre avec tous les problèmes fonctionnels inhérents à votre colonne vertébrale, à respirer, gérer vos émotions, les nombreuses situations de stress mais aussi d'accepter le vieillissement et la transformation physique et hormonale de votre corps.

Elles permettent dans la durée d'acquérir une méthode de santé individualisée très efficace sur le long terme, prenant en considération, l'histoire de votre corps, ses mémoires émotionnelles, ses blessures, ses douleurs, ses opérations, ses maladies.

10 séances étalées sur deux mois vont booster votre pratique et vous transmettre une discipline du corps, un bien-être inégalé mais surtout une méthode de santé permettant d'assouplir et de muscler votre corps.

Le chemin de votre santé passe par une méthode, une discipline et de la patience. La mission de YOGANGE est de vous aider et de vous accompagner dans cette quête de santé et d'énergie.

Apprendre à respirer, se détendre, se relaxer, s'endormir, gérer ses émotions, éradiquer ses addictions mais aussi développer son endurance physique, énergétique ou mentale, sa concentration, perdre du poids, retrouver un équilibre.

### AVANTAGES DES CYCLES 10 SEANCES

Possibilité de pouvoir assister à tous les cours collectifs de yoga, yoga pilates, yoga santé du dos dispensés au sein de notre association natha yoga azur.

[www.yogange.com](http://www.yogange.com)