

TEACHER TRAINING
**30H : YIN,
CHAKRAS &
AROMA**



**EXPLORE
YOURSELF**



30H YIN, CHAKRAS & AROMA

DU 4 AU 7 JUILLET 2022

Le 30H Yin, Chakras & Aroma est un programme entièrement pensé et créé par Margot Delahaye, co-fondatrice du yoga studio Peacock et professeur de yoga depuis 2018 (certifiée Yoga Alliance)

Une formation accessible aux amoureux du yin yoga mais également aux professeurs de yoga voulant élargir leurs connaissances.

LÂCHER PRISE, S'ÉCOUTER, RESPIRER

Durant les 30h de la formation, nous aborderons les sujets suivants :

- **Yin yoga** : pratique, asana lab, anatomie, ajustements
- **Histoire du yin et introduction à la médecine chinoise** (méridiens)
- **Aroma** : Etude d'une sélection d'huiles essentielles (utilisation, effets, contre indications ...)
- **Etude des 7 chakras** et création de séquences par chakra
- **Enseignement & business du yoga**

Un diplôme vous sera délivré à la fin de la formation.



La formation aura lieu chez Peacock ; un lieu paisible situé au coeur de Toulouse regroupant un studio de yoga, une cantine veggie et un concept store.

Le studio de yoga est spacieux et dispose de tout le matériel nécessaire à la pratique du yin (bolster, briques, sangles, couvertures, etc ...)

Dates

Du lundi 4 au jeudi 7 juillet : 8h30-12h/14h-18h

Tarifs & Inscriptions

495€ (payable en 3 fois, le solde étant du avant le début de la formation)

12 places disponibles

Besoin de + d'infos : contactez moi par email peacocktoulouse@gmail.com ou par téléphone 06 73 54 04 51