



**KRISHNAMACHARYA**  
HEALING AND YOGA  
FOUNDATION



**Travailler sur le corps. Guérir avec le mental.**

**L'ART DU VINIYOGA® THÉRAPEUTIQUE.**

*Avec la participation exceptionnelle du*

*Dr. Kausthub Desikachar.*

Centre Culturel Flagey, Bruxelles, Belgique | Les 6 et 7 avril 2019

Le **Yoga Thérapeutique** est apparu il y a des milliers d'années en tant que moyen de bien-être et de guérison puissant pour les personnes de cette époque. Presque tout le monde pratiquait une forme ou l'autre de Yoga Thérapeutique pour améliorer sa qualité de vie, être en bonne santé et progresser spirituellement. Chacun, qu'il soit un enfant, un adolescent, une jeune mère, un père mûr ou une personne âgée, pouvait apprécier les bénéfices du Yoga en tant que Thérapie.

C'est ce qui forme la particularité de ce système holistique unique. Le **Yoga Thérapeutique** a clairement compris que les besoins d'une personne sont très différents de ceux d'une autre, que ce qui est approprié pour un jeune enfant est très différent de ce qui est utile pour un quelqu'un de plus âgé et que ce qui est possible pour un gymnaste, ne le soit pas pour une maman enceinte ou pour une personne malade.

Le **Yoga Thérapeutique** respecte donc l'individualité de chacun et de chacune dans ce monde en offrant un grand panel d'outils dans lequel nous pouvons puiser pour choisir ce qui est approprié quelle que soit la situation. Ceci constitue la beauté de ce système universel et intemporel.

Le concept consistant à personnaliser une pratique de Yoga Thérapeutique en fonction de chaque individu est appelé **Viniyoga**. Différents paramètres comme l'âge, l'occupation, les capacités, la maladie, l'intérêt et bien d'autres encore sont pris en compte lorsque nous suivons ce principe afin de développer une pratique individuelle adaptée, ordonnée et créative. Chacune de ces pratiques a une fonction, un objectif et, par conséquent, un format unique qui s'adresse aux besoins thérapeutiques tout en respectant nos capacités et notre évolution dans la vie.

Ce séminaire se concentrera sur les grands principes permettant l'élaboration d'une pratique de Yoga personnelle basée sur les principes du **Viniyoga** ayant traversé le temps. Il est ouvert à tous. Il sera particulièrement parlant aux professeurs qui prennent en charge différents types d'étudiants que ce soit en individuel ou en groupe.

*Le Dr. Kausthub Desikachar est connu pour sa formidable connaissance pratique ainsi que pour sa capacité à présenter des enseignements anciens aussi profonds qu'applicables à des pratiquants modernes.*

## **Dates**

Le séminaire débute à 9.00 le 6 avril 2019 et se termine à 17.00 le 7 avril 2019.

## **Coût**

195€ pour les membres Viniyoga® et 250€ pour les non membres Viniyoga®.

Le paiement sera uniquement réalisé via Paypal. Le coût, inclus dans le prix, est de 4,5%. Les personnes intéressées peuvent fournir les détails d'inscription à Philip RIGO par courriel à [rigophilip@gmail.com](mailto:rigophilip@gmail.com). Une facture leur sera envoyée grâce à Paypal. La réception du paiement fait office de confirmation de participation.

## **Lieu**

Le programme de formation sera conduit au  
**Centre Culturel Flagey, Place Flagey, 1050, Bruxelles, Belgique**