



Juliette Dürrelema

Enseignante certifiée de Yoga Iyengar®, Juliette Dürrelema pratique cette voie depuis 1995 et se consacre désormais à sa transmission. Elle a également exercé pendant 23 ans les métiers de danseuse/chorégraphe, et chanteuse. Titulaire du DE de professeur de danse contemporaine, elle a enseigné tout au long de cette période cette discipline aux enfants, adolescents, adultes, amateurs et professionnels.

Tarifs

● Adhésion individuelle.....	14€
● Cours d'essai.....	12€
● Grenoble 1h et 1h15 annuel.....	425€
10 cours.....	164€
● Grenoble 1h30 annuel.....	458€
10 cours.....	179€
● Grenoble 1h45 annuel.....	491€
10 cours.....	196€
● Ateliers du jeudi annuel (7 ateliers).....	147€
unité.....	22€
● Sappey.....	278€

Réductions : voir site internet.

Priorité est donnée aux personnes s'inscrivant à l'année.

Contact

Association MOVY Juliette Dürrelema

- mail : jdurrelema@wanadoo.fr
- tél. : 06 31 85 21 39
- site : yoga-mouvement.com

Yoga Iyengar®

Le Yoga est une science millénaire et toujours actuelle. Il peut être pratiqué par tous.

« Vous n'avez pas besoin de chercher la liberté dans un pays différent, car elle existe dans votre corps, votre cœur, votre esprit et votre âme. »

- B.K.S. Iyengar -

B.K.S. IYENGAR, maître de yoga mondialement connu, est décédé à l'âge de 95 ans en 2014. Il s'est consacré durant plus de 70 ans à la pratique du yoga. Il a vécu à Pune, dans le sud de l'Inde, où il a fondé son école en 1975 et développé un enseignement rigoureux, intense et précis. Il est aussi l'auteur de nombreux ouvrages dont *Lumière sur le yoga*, traduit en 18 langues et considéré comme la bible du yoga.



Plus d'infos sur le site de l'AFYI
www.yoga-iyengar.asso.fr

Yoga Iyengar®

2021/2022

Grenoble
Le Sappey-en-Chartreuse



Juliette Dürrelema
Association MOVY
yoga-mouvement.com



LUNDI

niv. 1 & 2
12h30-13h45
Jardin et mouvement

Général
14h15-15h45
Jardin et mouvement

niv. 1 aménagé
16h15-17h20
Jardin et mouvement



MARDI

Général
12h30-14h
Jardin et mouvement

niv. 1 & 2
17h15-18h30
Jardin et mouvement

tous niveaux
19h30-20h45
Sappey



MERCREDI

niv. 3
17h30-19h
Jardin et mouvement

niv. 2
19h15-20h45
Jardin et mouvement

Yoga Iyengar®

2021/2022

JEUDI

niv. 3-4
12h30-14h15
Jardin et mouvement

atelier mensuel niv. 3-4
14h30-16h30
Jardin et mouvement



Juliette Dürreleman
Association MOVY
yoga-mouvement.com