

Stages régionaux PBB 2024 / 2025

28 et 29 septembre 2024 (Domaine de Françon à Biarritz)

Les mantras dans la tradition de Shri Mahesh

Paul Lançon, Ostéopathe – les Pathologies – indications et contre-indications du Hatha Yoga

Fiche de posture : Maha mudra

2 et 3 novembre 2024 (Maison Bellevue, Bergouey Viellenave – Béarn)

Benoit Campo – Professeur de la FFHY : Kriyas – Neti, Kappalabhati, Trataka

Fiche de posture : Paschimottasana

8 décembre 2024 (Salle du château de Bellocq – Béarn)

Véronique Bruyez - Professeur de la FFHY : Le Dharma

19 janvier 2025 (Foyer municipal de Puyoô - Béarn)

Journée des anciens (Pratique de 3 heures)

Exposé Professeur de la FFHY diplômé à l'antenne Pays Basque Béarn

Véronique Bruyez, Kinésithérapeute et Professeur de la FFHY

Equilibre, synergie musculaire, asana

8 et 9 mars 2025 (Domaine de Françon à Biarritz)

Marc Ballanfat

Les yogas sutras de Patanjali

Fiche technique : Construction d'une séance

12 et 13 avril 2025 (Domaine de Françon à Biarritz)

Mireille-Joséphine Guezennec (à confirmer)

Les Divinités

Fiches de posture des dieux (Shiva, Hanuman, Déesse Kali)

14 et 15 juin 2025 (Domaine de Françon à Biarritz)

Sarva Atma - Karma yoga

Paul Lançon, Ostéopathe DO : Relation cervico-lombaire (la colonne vertébrale)

Fiche de posture : Shutarmurgasana