



Fédération Française de Hatha Yoga

Pays-Basque Béarn

STAGES REGIONAUX 2026-2027

26 et 27 septembre 2026

Maison Bellevue à Bergouey Viellenave
Yoga Nidra : théorie - Cécile Fauconnier
Yoga Nidra : pratique : Isabelle Reboul
Fiche de posture : *Savasana*
Véronique Bruyez : La physiologie du muscle

7 et 8 novembre 2026

Maison Bellevue à Bergouey Viellenave
Benoît Campo : La Bhagavad Gita – un dialogue spirituel et philosophique
Mark Singleton : Les origines de la pratique posturale
Ateliers préparés par les élèves : postures sur le ventre
La colonne vertébrale : Paul Lançon, Ostéopathe DO

13 décembre 2026

Metta Villa à Salies

Stage Dr Jacques Vigne : 'Se Relier à Soi'

17 janvier 2027 (journée des anciens)

Au Foyer Municipal à Puyoô
Séance de 3 heures
Véronique Bruyez : Le symbolisme
Chandra Namaskar – Cécile Fauconnier

6 et 7 mars 2027

Maison Bellevue à Bergouey Viellenave
Deirdre Grainger Professeure de la FFHY : *pratyhara* : retrait des 5 sens
Ateliers préparés par des élèves : postures inversées
Paul Lançon : la Cellule

24 et 25 avril 2027

Maison Bellevue à Bergouey Viellenave
Denise Spencer : L'enseignement de Jiddhu Krishnamurti
Véronique Bruyez : l'Appareil respiratoire
Cécile Fauconnier : théorie du *pranayama*
Isabelle Reboul : : pratique du *pranayama*

5 et 6 juin 2027

Maison Bellevue à Bergouey Viellenave
Sarva Atma : Le Vedanta
Paul Lançon : le Système nerveux
Présentation des mémoires
Ateliers de fiches techniques – Les torsions : élèves stagiaires

STAGES NATIONAUX 2026/2027 :

22 - 25 octobre 2026 - Yoga pour Enfants (maternelle et primaire) Le Pradet (83)
4 - 7 février 2027 – Les textes *du Hatha Yoga* (en visio)
18 - 21 mars 2027 – Synergie *Yoga - Ayurvêda* -Ardes-sur-Couze (63)
6 au 9 mai 2027 – L'Héritage de Shri Mahesh (Assises) Nogent sur Marne (94)

