

# Petri Räisänen

Du jeudi 9 novembre au dimanche 12 novembre 2023



**Le jeudi 9 et le vendredi 10 novembre 2023**

7h – 8h45 : Morning Mysore au Samasthiti Studio

23 rue de la Cerisaie, Paris 4.

**Du samedi 11 au dimanche 12 novembre 2021**

Mysore et Ashtanga Workshop à Paris

(Lieu en attention de confirmation)

# Programme du workshop

## Samedi 11 novembre

8-9.30am : Mysore class (max 20 students) - *Paris – lieu à définir*

10-12am : Led Primary Series par 1- *Paris – lieu à définir*

2-4.30pm : Intermediate series technique class; adjustments, vinyasa and counting *Paris – lieu à définir*

5 p.m 7p.m : Chanting and pranyama class *Paris – lieu à définir*

## Dimanche 12 novembre

8-9.30am : Mysore class (max 20 students) - *Paris – lieu à définir*

10-12am : Led Primary Series part 2

2 – 4 p.m : Back and hip therapy

4-4:40 p.m : Workshop closing circle (no registration needed)

# Tarifs & inscriptions

MYSORE (jeudi, vendredi, samedi et dimanche)  
40€ la mysore ou 150€ les 4

STAGE (du vendredi soir au dimanche midi)  
50€ l'atelier à l'unité.

STAGE COMPLET : (toutes les mysore + programme  
du week-end)  
350€

## INSCRIPTIONS

<https://forms.gle/6ndi6zaB2CsYHYR37>

caroline@ashtanga.fr

