



Convention Nationale 2021

TITIKSA : ENDURANCE, PATIENCE, TOLÉRANCE



Gabriella Giubilaro

PROGRAMMES DE LA CONVENTION
EN PRÉSENTIEL ET EN DISTANCIEL



Programme

Convention en présentiel



yoga
IYENGAR®
FRANCE

VENDREDI 29 OCTOBRE

17h – 20h Accueil des participants (Palais des Congrès – Arles)

SAMEDI 30 OCTOBRE

8h – 9h30 Accueil, collation, librairie AFYI et stands

10h – 13h *Asanas*

13h – 14h Déjeuner

14h – 15h Librairie AFYI et stands

16h – 17h Questions/Réponses avec Gabriella Giubilaro

17h – 19h *Asanas*

DIMANCHE 31 OCTOBRE

7h30 – 9h *Pranayama*

9h – 9h45 Collation, librairie AFYI et stands

9h45 – 13h *Asanas*

13h – 14h Déjeuner

14h – 15h Librairie AFYI et stands

16h – 17h Questions/Réponses avec Gabriella Giubilaro

17h – 19h *Asanas*

LUNDI 1^{er} NOVEMBRE

8h30 – 10h *Pranayama*

10h – 10h45 Collation

10h45 – 12h45 *Asanas*

12h45 Clôture de la Convention Nationale

13h Retrait Pique-Nique

Programme

Convention en distanciel

SAMEDI 30 OCTOBRE

Session 1 10h – 13h *Asanas*

Session 2 16h – 17h Questions/Réponses avec Gabriella Giubilaro

17h – 19h *Asanas*

DIMANCHE 31 OCTOBRE

Session 3 7h30 – 9h *Pranayama*

9h – 9h45 Pause

9h45 – 13h *Asanas*

Session 4 16h – 17h Questions/Réponses avec Gabriella Giubilaro

17h – 19h *Asanas*

LUNDI 1^{er} NOVEMBRE

Session 5 8h30 – 10h *Pranayama*

10h – 10h45 Pause

10h45 – 12h45 *Asanas*

12h45 Clôture de la Convention Nationale

Les horaires de pratique peuvent être légèrement modifiés selon l'enseignement du professeur, mais les horaires de l'heure de début et de fin de chaque convention seront respectés.