



# YOGA

---

NICOLAS BALLER

---

VÉRITABLE PASSIONNÉ, NICOLAS VOYAGE DEPUIS 25 ANS DE PART LE MONDE. IL EST THÉRAPEUTE ET FORMATEUR EN AYURVEDA, HATHA YOGA, NADA YOGA «YOGA DU SON» ET ÉGALEMENT SPÉCIALISTE EN ALIMENTATION VIVANTE ET CURE DE DÉTOXIFICATION AINSI QUE RÉGÉNÉRATION NATURELLE.

« J'ENSEIGNE LE YOGA DANS LA TRADITION DE SRI KRISHNAMACARYA, CÉLÈBRE YOGI DE MADRAS QUI A DONNÉ NAISSANCE AUX PLUS GRANDS COURANTS D'AUJOURD'HUI. TOUS CES COURANTS ONT EN COMMUN LE VINYASA, DONNANT ACCÈS À LA CONCENTRATION, LA RELAXATION ET LA MÉDITATION.

LA PRATIQUE QUE JE PROPOSE EXPLORE TOUTES LES VARIATIONS DYNAMIQUES DU YOGA, DU PLUS PHYSIQUE AU PLUS MÉDITATIF, CHACUN PEUT Y DÉCOUVRIR SON YOGA ET DÉCOUVRIR LA PRATIQUE ADÉQUATE SELON SON ÉVOLUTION PERSONNELLE. »

## TARIFS :

1 COURS À L'UNITÉ: CHF 30.-

CARTE DE 10 COURS (VALABLE 4 MOIS) : CHF 300.-

LAUSANNE PALACE

GRAND-CHÊNE 7-9 – 1002 LAUSANNE – SWITZERLAND

T +41 21 331 31 61 – [SPA@LAUSANNE-PALACE.CH](mailto:SPA@LAUSANNE-PALACE.CH) – LAUSANNE-PALACE.CH