



TAPOVAN

Directeur fondateur : Kiran VYAS

OPEN UNIVERSITY

Yoga et Ayurvéda

9 rue Gutenberg – 75015 PARIS

Tél 01 45 77 90 59



TAPOVAN

Directeur fondateur : Kiran VYAS

Journée « Portes ouvertes »

Samedi 14 septembre 2019

Entrée gratuite

10h30	Présentation des centres TAPOVAN
10h45	Hatha yoga
11h30	Yoga des Yeux
12h30	Cuisine végétarienne ayurvédique
14h	Yoga Nidra
14h30	Massage bébé / Ayurvéda et maternité
15h	Présentation des formations TAPOVAN Massage ayurvédique, Yoga, Ayurvéda, ...
15h30	Evénements de Tapovan 2020 <i>Journées littéraires – Journée internationale du Yoga – Colloque international d’Ayurvéda</i>
16h	Ayurvéda, cures et mini cures ayurvédique, massages et soins ayurvédiques
17h	Chant carnatique
17h30	Expression artistique et corporelle
18h30	Danse indienne Bharatanatyam « Sanatana »
20h	Danses orientales « Un air de fête » Cocktail et dîner de fête : 25€ (ou 20 € élèves Tapovan)

Journée découverte le dimanche 15 septembre 2019

10h à 17h : Recevoir un massage ayurvédique (Promotion «Portes ouvertes»)

. **Kansu** (20mn) : ~~55€~~ 25 € ou **Abhyanga** (30mn) : ~~85€~~ 40 €

RV à prendre obligatoirement (au plus tard la veille)

sur place ou par téléphone

17h30 à 18h30 Yoga - Cours d'essai (10 €)

réservation obligatoire au 01.45.77.90.59

La librairie et le salon de thé végétarien seront ouverts toute la journée
Vous pourrez y déguster un repas complet ayurvédique le midi
ou un tchai accompagné d'une pâtisserie indienne