

Deva



à l'unité

60min	30.00 CHF
60min (tarif réduit)	25.00 CHF
90min	35.00 CHF
90min (tarif réduit)	30.00 CHF

Pass

Pass 10 cours	280.00 CHF
Pass 10 cours (tarif réduit)	240.00 CHF
Pass 20 cours	500.00 CHF
Pass 20cours (tarif réduit)	430.00 CHF

DEVA Sàrl

Avenue Industrielle 1, CH-1227 Carouge
+41 22 556 31 01 — hello@deva-yoga.ch

N° de compte : 215 -154528.01Z
IBAN : CH15 0021 5215 1545 2801 Z
BIC : UBSWCHZH80A

Abonnements

Bienvenue 8.....	70.00 CHF
3 mois illimité	600.00 CHF
3 mois illimité (tarif réduit)	510.00 CHF
6 mois illimité	990.00 CHF
6 mois illimité (tarif réduit)	840.00 CHF

Pass : Les forfaits peuvent démarrer à n'importe quel moment du mois et sont décomptés à partir de la date du premier cours. Les forfaits sont nominatifs, individuels, non remboursables et non échangeables.

Abonnements : Les abonnements peuvent démarrer à n'importe quel moment du mois et sont décomptés à partir de la date du premier cours. La fréquentation des cours n'est pas limitée mais les places sont restreintes, c'est pourquoi nous vous recommandons de réserver votre cours via notre site www.deva-yoga.ch. Les abonnements sont nominatifs, individuels, non remboursables et non échangeables.

Stages, ateliers et formations : Ils ont leur propre tarification.

Pour de plus amples informations et conditions, consultez la section FAQ de notre site web (scannez le code ci-dessous).



Deva

DESCRIPTION DE COURS

Strength & Mobility

Le cours Strength & Mobility (Renforcement & mobilité) va vous aider à améliorer votre endurance, votre résistance et votre amplitude de mouvement générale grâce à des séries d'exercices ciblés.

Idéal pour ceux qui souhaitent améliorer leur proprioception (placement du corps dans l'espace) et travailler le mouvement de façon intelligente afin d'éviter les blessures. Ce cours est idéal pour les personnes hyper-mobiles ou les sportives qui souhaitent améliorer et compléter leur pratique physique.

Chill Flow

Dans ce cours, l'objectif est de ralentir le rythme et d'avoir une approche méditative. L'accent est mis sur la respiration et les transitions sont douces et lentes. Afin de soutenir le corps au maximum dans le relâchement, en fin de classe, nous utilisons des accessoires tels que coussins, blocs et couvertures.

Ce cours est recommandé aux personnes très actives souhaitant libérer les tensions du quotidien.

Vinyasa Flow

Ce cours sera donné avec intuition et brodé de façon créative. Nous nous inspirons principalement de vous et de votre énergie, il sera donc différent chaque jour en fonction de ce que l'on ressent et de vos besoins / attentes. La prédominance sera donnée aux mouvements fluides, aux enchaînements puissants et à une détente profonde.

Begin Yoga

Vous débutez ou souhaitez revenir à l'essentiel ? Ce cours vous permettra de (re)commencer le yoga en douceur avec les fondements principaux. L'ancrage, l'alignement, la respiration, les postures de base et des explications détaillées pour bien commencer votre voyage. Un cours simple, efficace et accessible à tou.te.s.

Hatha Raja Flow

Du soleil à la lune, du masculin au féminin, du linéaire au circulaire... Ces deux énergies complémentaires ont besoin d'être juxtaposées afin de retrouver un équilibre physique et émotionnel. Cette classe qui varie en intensité aura pour but de vous stimuler et vous recharger. Elle comprend toujours : pranayama (souffle) enchaînement de postures dynamiques (asanas) et nidra (repos).

Cette classe plus longue est idéale pour les pratiquant.e.s qui souhaitent une expérience complète et intégrale du yoga.

Power of Yoga

Un cours intense qui vous fera transpirer. Des flows "signature" et ludiques parfois hors du tapis, des équilibres et des inversions seront les clefs de voûte de cette pratique qui vous ramènera dans l'instant présent, vous y retrouverez votre âme d'enfant : entièrement connecté.e.s à votre respiration et à vos sensations.

Idéal pour progresser dans la pratique des asanas plus avancés mais aussi ressentir les profonds bienfaits d'une médiation en mouvement.