



RETRAITE DE YOGA Iyengar®

STAGE AVANCE
du 12 au 18 juillet 2020

Au jardin de Safran

avec Lydie DRIVIERE

Responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de Tours



Toutes les actions du yogi sont motivées par le désir de raffiner ses actions habilement, sans aucune autre motivation, et il en reste toujours le témoin.

La félicité (ananda) est vécue et exprimée lorsque le but consiste à révéler l'ordre dans le chaos, la sagesse dans l'ignorance, la divinité de l'esthétique. BKS IYENGAR

Lydie DRIVIERE, Advanced Junior 2, est responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de TOURS depuis 1990. Elle est toujours très inspirée par l'enseignement délivré au RIMYI, lieu du « Tapas » de Guruji et Geeta Iyengar.

Le lieu : Le jardin de Safran, est un lieu de retraite très paisible. La salle de pratique très claire est en pleine nature. L'équipe d'accueil met tout en œuvre pour que notre séjour soit un plongeon au cœur du yoga.

La pratique : Pranayama au lever, exploration des asanas en matinée, asana de détente et inversés l'après-midi.

Niveau : Maturité dans la pratique d'asana et pranayama et connaissance des ajustements personnalisés sont nécessaires. Vous aurez travaillé sur padmasana et les postures de torsion en relation avec le souffle.

Dates : Arrivée dimanche 12 juillet à partir de 17h,
Départ le 18 juillet après le déjeuner.

Tarif : Enseignement 390 € TTC

Hébergement en pension complète : chambre spacieuse de 4, délicieux repas végétariens, salle de pratique, taxe de séjour : 328,56 €

Inscription : Veuillez retourner le bulletin ci-joint accompagné de 190€ d'arrhes, le solde sera réglé à l'arrivée. La pension complète est réglée en début de séjour au « jardin de Safran ».

Désistement : Après le 15 juin, les arrhes ne seront pas remboursées

Matériel : Veuillez apporter votre matériel de pratique personnel.

BULLETIN d'INSCRIPTION

Je verse 190 € d'arrhes pour le stage avancé 2020

Du 12 au 18 juillet

Lydie Drivière

Centre de Yoga Iyengar de Tours

31, rue Girard de Vasson - 37100 TOURS

☎ : 02.47.41.07.00 e-mail : lydie.yogatours@free.fr

NOM:.....Prénom.....âge.....

Adresse :.....

Tel port:.....Tel fixe:.....

E-mail :

Nombre d'années de pratique de Yoga Iyengar :

Nom de votre enseignant habituel :

Vous désirez partager votre chambre avec :

Vous recevrez les informations sur l'accès au jardin de Safran en même temps que l'accusé de réception de votre inscription.

Vous serez sollicités ultérieurement pour apporter du matériel supplémentaire.

Aucun remboursement n'aura lieu en cas d'interruption du stage du fait du stagiaire.