



RETRAITE DE YOGA

selon l'Enseignement de BKS IYENGAR

STAGE AVANCE
du 16 au 22 juillet 2017

dans le Lot au « jardin de Safran »

avec Lydie DRIVIERE

responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de Tours



©Jeff Rotman

Lorsque le corps et le mental sont purifiés et les sens contrôlés, apparaît aussi une conscience joyeuse nécessaire pour réaliser l'être intérieur. YS II-41

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, enseignante Avancée (Advanced Junior 1), est responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de TOURS depuis 1990. Elle garde le contact avec le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute de PUNE et avec ses estimés collègues du monde entier. Elle est formatrice de professeurs de yoga IYENGAR®.

Le lieu : Le jardin de Safran, dans le Lot est un lieu de retraite admirable. Les 14 hectares de forêts et clairières permettent de s'y sentir à l'aise. La salle de pratique est très claire, en pleine nature. L'équipe d'accueil, très chaleureuse, met tout en œuvre pour faire de notre séjour un véritable plongeon au cœur du yoga.

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

Niveau : Pour les pratiquants et enseignants de Yoga Iyengar pouvant pratiquer *Urdhva Dhanurasana* sans support et connaissant leurs ajustements personnalisés. La pédagogie et le travail précis des ajustements sont abordés quotidiennement.

La retraite est un moment précieux pour se libérer des mondanités...

Dates : Arrivée le dimanche 16 juillet à partir de 17 h 30
Départ le samedi 22 juillet après le repas de midi.

Tarif : Enseignement: 380 € TTC (étudiants 330 € TTC)

Hébergement en pension complète : chambre spacieuse de 4, avec salle de bain et mezzanine, délicieux repas végétariens, salle de pratique, taxe de séjour : 315,30 € tarif unique

Inscription : Veuillez retourner le bulletin ci-joint accompagné de **180 €** 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 20 juin, aucun remboursement ne sera possible.

Matériel : Veuillez apporter votre matériel de pratique personnel.

BULLETIN d'INSCRIPTION

Je verse 180 € d'arrhes pour le stage niveau avancé

du 16 au 22 juillet 2017

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 :

Problèmes particuliers :

:

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