



## RETRAITE DE YOGA

selon l'Enseignement de BKS IYENGAR

**PREMIER STAGE - GENERAL**  
du 05 au 11 juillet 2020

dans le Lot au « jardin de Safran »

avec **Lydie DRIVIERE**

responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de Tours



©Jeff Rotman

*Comme le potier utilise ses mains pour modeler le pot, vous devez  
utiliser votre zèle pour vous modeler vous-même.*

*BKS IYENGAR*

*Le yoga concerne d'abord le développement individuel,  
mais c'est par le développement des individus que s'effectue celui  
de la société et de la communauté.*

*BKS IYENGAR*

## BULLETIN D'INSCRIPTION

*Je verse 190 € d'arrhes pour le stage d'été du 05 au 11 juillet 2020*

**Lydie DRIVIERE**, enseignante Avancée (Advanced Junior 2), est responsable du Centre de Yoga IYENGAR® de TOURS depuis 1990. Elle est toujours très inspirée par l'enseignement délivré au Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute de PUNE, lieu du « Tapas » de Guruji et Geeta Iyengar.

**Le lieu** : Le jardin de Safran dans le Lot est un lieu de retraite très paisible. 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 de Yoga Iyengar avec **au minimum 2 années de pratique régulière avec un enseignant certifié de Yoga Iyengar**, ne souffrant d'aucun problème de santé grave et connaissant leurs ajustements personnalisés si besoin.

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

**Dates** : Arrivée le dimanche 05 juillet à partir de 17 h

Départ le samedi 11 juillet après le repas de midi.

**Tarif** : Enseignement : 390 € TTC (étudiants, intermittents 340 € TTC)

**Hébergement en pension complète** : chambre spacieuse de 4, avec salle de bain et mezzanine, délicieux repas végétariens, salle de pratique, taxe de séjour : 328,56 € tarif unique

**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 10 juin, les arrhes ne seront pas remboursées.

**Matériel** : Veuillez apporter votre matériel de pratique personnel.

**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 :

Désire partager ma chambre avec :

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

Veuillez me contacter pour toute question particulière.

Toute interruption du stage du fait du stagiaire ne donnera lieu à aucun remboursement.