

Conditions générales

Dates du stage :

Du lundi 29 juillet au jeudi 1er août 2019.

Enseignements :

- Christine Touret.
- Emmanuel Dengreville.

Lieu du stage :

Centre de Hatha Yoga Traditionnel.
394, route de Rouen 80000 Amiens

Hébergement :

Pour les personnes extérieures à Amiens, nous contacter si vous avez besoin d'un hébergement.

Tarifs :

- Enseignements : 480€, règlement au plus tard pour le 15/06/2019.
- Restauration : Le petit déjeuner est assuré par le Centre.
Pour les repas du midi et du soir, chacun apporte une collation à partager avec le groupe.

Important

Ce stage est destiné aux élèves pratiquant le hatha-yoga au centre ou ailleurs. **Il est limité à 13 personnes.**

Horaires du stage

- 7h00 à 8h00, hatha-yoga.
- 8h00 à 9h30, petit déjeuner.
- 9h30 à 10h30, yoga-nidrâ.
- 11h00 à 12h30, hatha-yoga.
- 12h30 à 15h00, déjeuner, détente.
- 15h00 à 16h00, théorie, échange.
- 16h30 à 19h00, hatha-yoga.
- 19h00 à 21h30, dîner, détente.
- 21h30 à 22h30 concentration/ méditation (facultatif).

Les horaires sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles de modifications.

La pratique de 21h30 étant facultative, les participants sont libres de partager le dîner, ou non, avec le groupe.

Renseignements

Christine & Emmanuel
Institut de Formation des
Yoga traditionnels.

<http://www.amiens-yoga.fr>

ifyt@orange.fr

394, route de Rouen

80 000 AMIENS

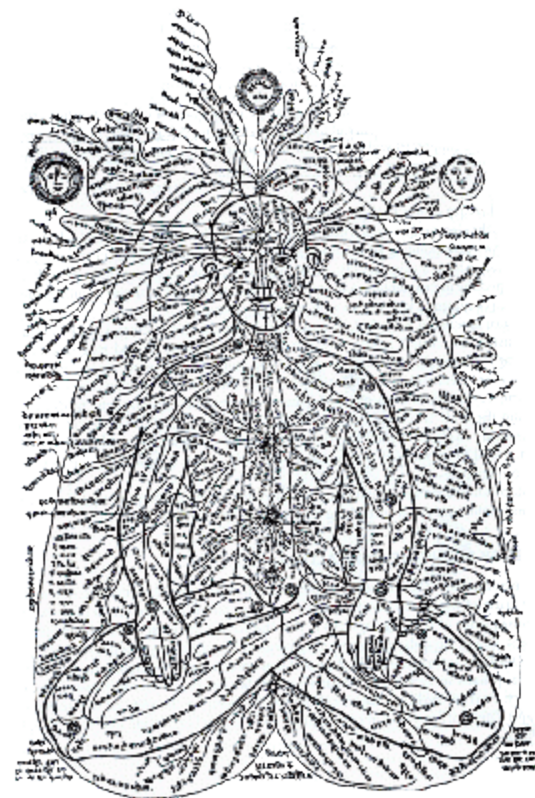
tel : 03 22 95 71 74

Date limite d'inscription

Samedi 15 juin 2019.

Stage de yoga

du 29 juillet au 1er
août 2019



Corps-souffle-conscience
du visible et
de l'invisible

Bulletin d'inscription

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Tel :

Courriel :

Je soussigné(e)
m'inscris au stage de Yoga du lundi
29 juillet au jeudi 1er août 2019 sur
le thème : **Corps-souffle-
conscience...** qui aura lieu au Centre
de Hatha Yoga Traditionnel à
Amiens.

A cet effet, je verse la somme de
480€, en chèque à l'ordre de IFYT
SARL.

Le/...../2019

Signature

Bulletin d'inscription à découper et
à retourner avec le règlement à :

IFYT SARL

Christine & Emmanuel

394, route de Rouen

80 000 AMIENS

Corps-souffle-conscience du visible et de l'invisible

Selon la tradition Nâtha le corps est
un champs d'expérience et de trans-
formation sur les plans physique,
subtil et mental.

Vaisseau du souffle et de la cons-
cience, microcosme reflétant le ma-
crocosme, parcouru par la même
énergie, le corps se révèle être un
espace de métamorphose.

Les techniques ancestrales du hatha-
yoga permettent la prise de cons-
cience de l'interrelation corps-
souffle-conscience ainsi que de son
interrelation avec l'univers.

Par une véritable mobilisation de
l'énergie nous expérimenterons le
passage d'une structure lourde et
opaque à des perceptions plus
larges, plus lumineuses, au delà de
l'individualité limitée.

A partir de la pratique des âsana
(postures), prânâyâma (dynamique
du souffle), dhâraṇa (concentrations)
et du yoga nidrâ nous expérimente-
rons différents états afin de prendre
pleinement conscience de la dimen-
sion « alchimique » de cette dé-
marche, où vibration, plénitude et
lumière sont au rendez vous.

Lieu du Stage



Centre de Hatha Yoga Traditionnel

394 route de Rouen 80000 Amiens
Tél : 03 22 95 71 74

Le centre est situé près du carrefour
de la Libération, en haut de l'avenue
du Général Foy et de la route de
Rouen.

