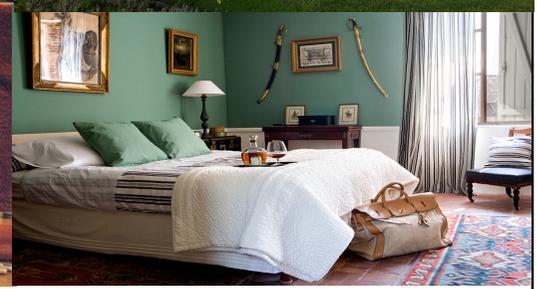


ATELIER YOGA AU DOMAINE DES EVIS



Date et lieu : du 29 au 31 mai 2015 dans le Perche à 1h30 de Paris

Tarif du stage : 80€ pour l'ensemble des pratiques

Pour l'hébergement, 2 formules :

Pension complète en chambre partagée : 220€/pers.

Pension complète en chambre individuelle : 270€/pers.

Réservation par mail à contact@domaine-des-evis.com

ou auprès de Juliette Chevrel par téléphone au 06 60 72 37 29.

L'animatrice :

Passionnée de yoga depuis 20 ans (Hatha, Ashtanga et Vinyasa Flow),

Alison a étudié avec plusieurs grands noms du Yoga : Chuck Miller,

Kathryn Budig, Jason Crandell, Elena Brower et Annie Carpenter.

Elle étudie aussi le chamanisme, le travail du cercle et la place

du féminin dans les civilisations anciennes

Au programme : Yoga, cuisine saine et savoureuse, sommeil et repos

Arrivée vendredi soir et Diner

samedi

petit déjeuner

10h30 - 12h30 : 1ère pratique sur le thème de la lune et travail du cercle

Déjeuner puis sieste, bain, marche méditative ou massage ayurvédique (sur RV)

16h00 - 18h30 : 2ème pratique sur le thème du soleil avec salutations seul

et à deux et invocation du Gayatri Mantra

Diner

dimanche

7h30 - 8h30 : méditation du matin (en option)

Petit déjeuner

10h30 - 12h30 : 3ème pratique : Moon & Sun et dissolution du cercle

Déjeuner et sieste, bain ou massage avant le départ...

ATELIER YOGA AU DOMAINE DES EVIS

INFOS PRATIQUES

date et lieu : 29 au 31 mai 2015 au Domaine des Evis dans le Perche

Pour vous inscrire au stage, imprimez cette page, remplissez, signez et renvoyez le formulaire ci contre par la poste accompagné d'un chèque de 80€ TTC. A réception, vous recevrez un mail vous confirmant votre inscription.

Matériel à prévoir :

tenue et tapis de yoga, couverture, coussin de méditation

Pour réserver votre séjour au Domaine des Evis, envoyez votre demande à contact@domaine-des-evis.com. Vous recevrez en retour les modalités de réservation et d'acompte.

Accès : 1h30 de Paris par la N12. Itinéraire envoyé par mail
Train : 1h Montparnasse Vaugirard 3 / Verneuil sur Avre :
vendredi : 18h13 - 19h36. Dimanche 16h55 - 17h58

FORMULAIRE D'INSCRIPTION A RENVOYER

Pour vous inscrire au stage, renvoyez ce formulaire rempli et signé accompagné d'un chèque de 80€ TTC par la poste à :

ALISON ROBERTSON YOGA

lieu dit Boissé - 61380 Sainte Ceronne - les - Mortagne

Dans les jours suivants, vous recevrez un mail vous confirmant votre inscription.

Clause de responsabilité :

Chaque personne assume la responsabilité personnelle de sa participation au stage. Une déclaration en ce sens indiquant que vous avez bien lu le document décrivant le déroulement du stage et estimez ne souffrir d'aucune affection incompatible avec votre participation à une telle expérience intense et engageante sur le plan personnel figure sur le formulaire d'inscription.

Conditions d'annulation :

1 mois avant : remboursement de 50% des frais d'inscription
15 jours avant : remboursement de 20% des frais d'inscription
8 jours avant et après le début du stage : aucun remboursement

NOM ET PRENOM:

MAIL :..... TELEPHONE :.....

J'accepte la clause de responsabilité ci dessus et je joins un chèque de 80€.

SIGNATURE :.....

