



STAGE DE YOGA

avec **Ora JOSEF-HAY** membre de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga

Centre Vie en Yoga

Du vendredi 2 au dimanche 4 Septembre 2022
à Chasselay 38470 (Vers St Marcellin)

Thème : **PASSAGES et TRANSFORMATIONS**

La vie entière est « passages et transformations » La prise de conscience de cet aspect changeant de la vie nous permet d'en jouer et de retrouver un esprit neuf et léger au lieu de nous cramponner désespérément au passé, au connu... Par la pratique du Yoga retrouvons la joie et le plaisir de vivre chaque instant plus pleinement et sereinement, de se découvrir de nouveaux potentiels... bref d'accepter de se transformer à chaque passage. Si la chenille n'acceptait pas la transformation, nous n'aurions jamais connu les papillons.

Ambiance

Logement dans un gîte de charme, suivant une démarche écologique.
Accueil chaleureux. Chambres de 2 à 3 lits. Cuisine végétarienne avec des produits locaux, essentiellement bio, diététique, et soignée.
Ambiance calme et sereine.

Lieu

Gîte La Belle Cordière
814 Route du Midi
38470 CHASSELAY

Tarifs

420 € TTC
Comprenant : les cours de yoga, le logement et les repas.
Modalités de règlement = en 2 chèques :
- Un à l'ordre de la Belle Cordière (193 €)
- L'autre à l'ordre du Centre Vie en Yoga (227 €)
(possibilité de location draps serviette + 10€ à régler sur place)

Les chèques ne seront encaissés qu'après le stage

Arrivée / Accueil

Vendredi 2 septembre vers 9 h,
début de la pratique à 10 h précises.

Départ

Dimanche 4 septembre vers 17 h.

Horaires

Environ 6-7 heures de pratique par jour

Matériel

Tapis, coussin, banc de méditation, couverture, de quoi prendre des notes... **Serviettes, draps et taie** d'oreiller.
Et pour son confort, vêtements amples, chaussons, pull...

Conditions de désistement

- En cas de désistement non remplacé après le 12 août 2022, le chèque pour l'hébergement sera débité et un chèque de 100 € sera demandé pour le Centre.
- Le Centre se réserve le droit d'annuler le stage :
 - s'il y a moins de 8 participants
 - selon les directives gouvernementales liées au coronavirus

Stage Passages et Transformations 2-4/9/2022 à CHASSELAY

Nom et Prénom Téléphone

Adresse

..... Mail

Je joins - un chèque bancaire de 227 € à l'ordre du Centre Vie en Yoga

- un chèque bancaire de 193 € à l'ordre de la Belle Cordière

(Envoyer à : Ora JOSEF-HAY, 36, chemin de la Taillat 38240 MEYLAN)