



STAGE A GOUTELAS **JUILLET**

du **Dimanche 8 Juillet 2018** (Accueil à 15h)
au **Vendredi 13 Juillet 2018** (Après le déjeuner)

Enseignante : Cécile Beaudin-Diéterlé

Diplômée de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga.
Formatrice d'enseignants dans plusieurs écoles. Directrice administrative de l'École Française de Yoga de Lyon. Elle enseigne à Lyon, depuis près de 20 ans, au sein de l'Académie Lyonnaise de Yoga qu'elle a créée.

Conférencier : Joseph Gourcy

Kinésithérapeute et professeur de yoga, Joseph nous apportera ses connaissances physiologiques et anatomiques pour éclairer notre pratique.

Thème : Conscience et concentration dans les trois foyers d'énergie

Les granthi (foyers d'énergie) sont des lieux intérieurs de notre corps subtil que le Hatha-Yoga, dans sa perspective tantrique, nous propose d'explorer pour développer notre conscience d'être et notre concentration à différents niveaux. En pratiquant les techniques physiques (enchaînement/posture), respiratoires et mentales, propre à chaque chakra, nous cheminerons au travers des trois grands foyers de l'énergie pour accroître nos capacités de centrage, mieux gérer notre vitalité et réunifier nos dualités.

Lieu : Château de Goutelas à Marcoux – Haut-Forez

Très bien restauré, le château est situé au calme dans un beau cadre de verdure incitant aux promenades et au calme intérieur.

Une nourriture familiale de bonne qualité est servie. Le logement au château est confortable.

Frais de participation :

En pension complète : Chambre double : 925 € Chambre individuelle : 995 €
Acompte à joindre à l'inscription : 405 €

Bulletin d'inscription

Stage au Château de Goutelas **Dimanche 8 au Vendredi 13 Juillet 2018**

M. Mme, Melle :

Prénom :

Adresse :

e-mail :

Tél :

Profession :

Date de naissance :

Je pratique le yoga depuis :

Je m'inscris :

En chambre double

En chambre individuelle

Je joins l'acompte de 405 € à l'ordre de **Cécile Beaudin**.

Observations personnelles

Date et Signature

Conditions d'annulation, sur demande écrite :

Plus d'un mois avant le début du stage : abandon de la moitié de l'acompte
d'un mois avant le début du stage : abandon de l'acompte en totalité

A retourner à
l'Académie de Yoga 120 rue de St Cyr 69009 Lyon

Tél : 06 83 30 25 12

yoga@cecilebeaudin.fr