



## **STAGE DE YOGA EN BRETAGNE du 18/10/2018 au 21/10/2018**

### **« Ecouter – Regarder Ce qui est »**

**Est-on certains d’écouter et de regarder sans déformer ce que nous entendons et regardons ?  
Comment neutraliser nos « filtres » personnels, qui voilent la réalité telle qu’elle est ?**

**Trois jours pour faire place à une écoute juste et à un regard neuf : pratiques très douces de yoga alliées à la respiration, sons et mantras. Des temps de réflexion commune, de méditation et aussi de pause en toute liberté au bord de l’océan**

**Hébergement :** Abbaye de Rhuys 56370 Saint Gildas de Rhuys (200 m de l’océan) - Informations Abbaye de Rhuys : <http://www.abbaye-de-rhuys.fr/>

En chambre double deux lits – draps et serviettes de toilette fournis – pension complète du jeudi soir 18 au dimanche 21 midi.

#### **Programme :**

Arrivée le jeudi 18 octobre à 18h – Apéritif d’accueil - Dîner à 19h - Temps méditatif à 21h

Vendredi et samedi : 7h30 à 8h30 pratique de yoga suivi du petit déjeuner - Temps de pause – 11h à 12h : Atelier de yoga - déjeuner - Temps libre - 17h à 18h30 Pratique de yoga - Dîner - Temps méditatif à 21h

Dimanche : programme de la matinée identique - 14h30 à 16h00 Pratique de yoga et temps de partage.

#### **Le tarif du stage par personne pour la totalité du stage :**

- **Pratiquant de yoga : 302 €**  
dont pension complète du jeudi soir au dimanche midi : 170 €  
Salle et enseignement : 132 €
- **Non adhérent cotisation 2016/2017 : 15€**
- **Accompagnateur non pratiquant de yoga : 170 €** pension complète

Délai d’inscription à respecter demandé par l’Abbaye : 5 octobre

**Je m'inscris au stage octobre 2018 « Yoga en Bretagne » du jeudi 19 octobre 18h au dimanche 21 octobre après midi.**

**Nom et prénom :**

**Adresse. :**

**Code postal et ville :**

**Adresse mail en lettres majuscules :**

**Téléphone** (portable si possible :

**Conditions de règlement :** *En cas de force majeure, l'organisateur est en droit d'annuler l'événement. Tout paiement préalablement versé vous serait alors intégralement restitué. En cas de désistement de votre part et ce, AVANT le 20 septembre 2018, vos arrhes vous seront remboursées (-35€ pour frais de gestion). Attention : Tout désistement APRES le 20 septembre 2018 engendrera la perte intégrale de vos arrhes*

**Mon règlement :**

Pratiquant de yoga en pension complète : 302 €

Je verse 132 € d'arrhes (ordre Ateliers du Bien Etre) et joins un chèque de 170 € à l'ordre de l'Abbaye de Rhuys (débité après le stage)

15€ si je ne suis pas adhérent (ordre Les Ateliers du Bien Etre)

Accompagnateur : chèque de 50 € d'arrhes à l'ordre Abbaye de Rhuys et un chèque de 120€ ordre identique (débité après le séjour)

Les chèques doivent être obligatoirement joints à l'inscription pour la valider. Dossier d'inscription à envoyer : Agnès Moriconi 47 route de la Jonelière 44300 Nantes

**J'accepte les modalités d'inscription détaillées ci-dessus.**

**Date et signature :**

