



WEEK-END YOGA ET SAVOIRS VÉDIQUES

Du vendredi 02/10/26 au Dimanche 04/10/26

Une parenthèse ressourçante au bord de l'océan à St Gildas de Rhuys

Offrez-vous une **parenthèse ressourçante** et **régénérante** au bord de l'océan dans un lieu d'exception à **St Gildas de Rhuys**.

Agnès et **Angèle** vous proposeront différents enseignements du point de vue des **sciences védiques** : disciplines ancestrales de l'Inde visant à harmoniser le corps, l'esprit et la conscience à travers le Yoga, l'Ayurveda, l'Astrologie. Au programme : **yoga, prânâyama, yoga Nîdra, relaxation sonore, méditation, chants...**

Vous aurez de nombreux **espaces temps** pour aller vers le **silence**, le **retour à Soi** et pour **laisser agir** ainsi que pour vous promener en toute **liberté au bord de l'océan**.

• **PROGRAMME INDICATIF :**

VENDREDI

- à partir de 15h : accueil
- 16h30 : Pratique yoga
- 18h45 : Apéritif suivi du dîner
- 20h30 : Temps méditatif

SAMEDI

- 7h30 : Pratique yoga
- 8h15 : Petit déjeuner
- 11h : Atelier
- 12h15 : Déjeuner
- 17h : Relaxation sonore
- 19h : Dîner
- 20h30 : Temps méditatif

DIMANCHE

- Matinée identique jusqu'au déjeuner
- 14h00 : Pratique et temps d'échanges

- **HÉBERGEMENT :**

Abbaye de Rhuys : <http://www.abbaye-de-rhuys.fr/>

En chambre double (deux lits 1 place) ou en chambre individuelle.

Draps et serviettes de toilette fournis.

Pension complète du vendredi soir au dimanche midi.

Places limitées - Inscriptions prises dans l'ordre d'arrivée.

- **TARIFS :**

Incluant la **pension complète**, la **taxe de séjour** et de **ménage** de la chambre, la **location de la salle** de yoga et les **enseignements** d'Agnès et Angèle.

Chambre individuelle : 480€

Chambre double : 460€

Délai d'inscription à respecter demandé par l'Abbaye : 03 SEPTEMBRE 2026

OFFRE SPECIALE JUSQU'AU 31/05

Chambre individuelle : 440€ au lieu de 480€

Chambre double : 420€ au lieu de 460€

SOIT 40€ offert au total

- **CONDITIONS :**

En cas de force majeure ou si moins de 6 inscrits, l'organisateur est en droit d'annuler l'événement. Tout paiement préalablement versé serait alors intégralement restitué.

En cas de désistement de votre part 30 à 15 jours avant le début du stage, le montant des arrhes sera encaissé - Si l'annulation intervient entre 14 et 7 jours avant le stage 70% du montant total du stage sera à régler - Si l'annulation intervient 6 jours avant le stage aucun remboursement ne sera possible.

• **BULLETIN D'INSCRIPTION :**

Nom et prénom :

Adresse :

Adresse mail en lettres majuscules :

Téléphone :

RÈGLEMENT :

Pension complète chambre individuelle :

O 440€ avant le 31/05

(160€ d'arrhes à l'inscription + 280€ débitée 1 semaine avant le stage)

O 480€ après le 31/05

(160€ d'arrhes à l'inscription + 320€ débitée 1 semaine avant le stage)

Pension complète chambre double :

O 420€ avant le 31/05

(140€ d'arrhes à l'inscription + 280€ débitée 1 semaine avant le stage)

O 460€ après le 31/05

(140€ d'arrhes à l'inscription + 320€ débitée 1 semaine avant le stage)

O Règlement par chèque : Tous les chèques sont à joindre au moment de l'inscription à l'ordre ARTE YOGA

O Règlement par virement : IBAN FR76 1027 8361 9300 0121 8950 191
Clé : CMCIFR2A

1 premier versement pour les arrhes immédiat, l'autre 1 semaine avant le stage

[Dossier d'inscription à envoyer à:](#)

**Association Arte Yoga
16, Le Branday
44680 Saint Mars de Coutais**

[ou par mail dans le cas du règlement par virement à : arteyoganantes@gmail.com](mailto:arteyoganantes@gmail.com)

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

Date et signature :