

Les jardins du yoga : maison face à la mer, à l'île aux Moines
Stage de Yoga et balades dans l'île
Du mouvement à la méditation
De lundi 6 au samedi 11 avril 2020



Le stage est proposé à tous publics avec des adaptations aux postures. Il est assuré par 2 professeurs de yoga diplômés (Viniyoga, formation sur 4 années). Il se passe sur l'île aux Moines, dans une grande salle face à la mer (photos sur demande).

Le logement est assuré dans une grande maison confortable ou dans d'autres lieux proches, agréables et de qualité.

La nourriture est d'inspiration ayurvédique, saine et réalisée sur place.

Possibilité de demi-pension pour les résidents sur l'île (petit-déjeuner et déjeuner) sur les 4 jours du stage (se renseigner, contact ci-dessous). Si seulement petit déjeuner, me contacter.

Du lundi 6 avril, accueil à partir de 15h au samedi 11 avril à 11h 30

Prix du stage, pension et enseignement compris

Par personne

- | | |
|--|--|
| 1- Chambre pour une personne (lit double) | Adhérents à l'association Les jardins du yoga : 450 €
Non adhérents à l'association : 465 € |
| 2- Chambre pour 2 personnes (2 lits séparés ou 1 lit double) | Adhérents à l'association : 400 €
Non adhérents à l'association : 415 € |
| 3- Chambre canapé-lit | Adhérents à l'association : 420 €
Non adhérents à l'association : 435 € |
| 4- Tente | Adhérents à l'association : 355 €
Non adhérents à l'association : 370 € |
| 5- Possibilité à plus de 2 personnes dans une chambre ou futons (me contacter) | |

Contact : Claudine Covo 06.11.27.76.88, claudine.covo@wanadoo.fr

Les places sont limitées. Pour être inscrit au stage et être sûr(e) d'avoir la chambre voulue, envoyer l'acompte le plus rapidement possible.

Inscriptions : Retourner le bulletin (à imprimer ci-dessous) et un acompte de 150 € par chèque de préférence avant le 30 janvier 2020 (à l'ordre de Claudine Covo) à l'adresse suivante :

Les jardins du yoga

107 rue Bobillot, 75013- Paris

Règle d'annulation : *Ce chèque tiendra lieu de réservation. En cas d'annulation (pour raison importante) après le 15 février 2019, la moitié des droits seront retenus.*

BULLETIN à renvoyer (à copier ou à découper)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone (portable de préférence) :

Adresse mail :

Choix de chambre (voir ci-dessus, noter le numéro du choix) :

Allergies et préférences alimentaires :

Retourner le bulletin rempli avec l'acompte par chèque de préférence avant le 30 janvier 2020
