

# Formation de professeurs de kurma yoga avec Mathieu Gers été 2019

Ecole de Yoga Mathieu  
La Haute Jambière  
35320 Lalleu  
☎ 02 99 43 17 90  
☎ 06 65 27 55 74  
ecoleym@orange.fr  
www.ecoledeyogamathieu.fr

**Apprendre pour connaître, connaître pour comprendre,  
comprendre pour transmettre.**

**Dates :** du samedi 10 août à partir de 17h au vendredi 16 août vers 13h

**Le kurma yoga**, ou yoga de la tortue, aborde de manière originale les différents aspects du yoga (postures, respiration, méditation...) Le kurma yoga n'est pas une autre forme de yoga, mais un ensemble d'éléments pédagogiques permettant d'affiner toute pratique de yoga, de la rendre plus facile, plus précise et plus efficace.

**Mathieu** se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le yoga nidra depuis 1972 et co-dirige la revue Infos Yoga. Il est l'auteur de « La Béatitude de la Tortue » (éditions ThoT) récit sur le kurma yoga.

**Le lieu :** Le Sabathé, à Saint-Mézard dans le Gers, une grande maison gersoise entouré d'un écrien de verdure, à 25 km au sud d'Agen (gare TGV). La pratique du yoga a lieu dans une ancienne grange restaurée. Hébergement en chambres confortables à 2, 3 ou 4 lits. Draps et serviettes de toilette fournis. Repas copieux, cuisine familiale délicieuse (végétarienne et non végétarienne). Nous nous occupons de votre hébergement.

### **A qui s'adresse la formation ?**

Cette formation est réservée aux professeurs de yoga désirant enseigner le kurma yoga.

### **Programme**

Nous aborderons les 18 premiers trésors du kurma yoga, les 6 poussées fondamentales, les 6 instruments et les 6 cercles respiratoires.

Cours théoriques, travail pédagogique, pratiques intensives de kurma yoga, dialogues. Durant le stage chaque pratiquant préparera sa propre séance de kurma yoga.



**Coût de la formation :**

- yoga : 750 €.

**Coût de l'hébergement et repas :**

- 385 € à régler sur place à l'ordre de « Barreteau ».

Un acompte de 300 € est demandé pour toute inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> mai 2018 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 2 mai 2017, l'acompte n'est plus remboursé.

**Nombre de participants :**

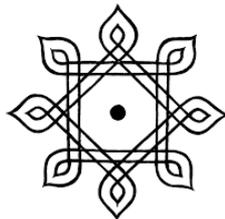
Limité à 15 personnes.

**Certification :**

Un certificat ayant valeur de diplôme sera remise à l'issue de la formation.

**Site internet :**

Vous pourrez figurer gratuitement sur le site des professeurs de kurma yoga de l'EYM.



**Bulletin d'Inscription** à envoyer accompagné de votre acompte de 300 € (à l'ordre de l'Ecole de Yoga Mathieu) à :

Ecole de Yoga Mathieu La Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyés ultérieurement.

----- ✂ -----

KURMA GERS juillet 2019

Je m'inscris au cycle de formation en KURMA et verse l'acompte de 300 € (dont 280 € remboursables jusqu'au 02/05/2018) à l'ordre de EYM.

NOM : Prénom : date de naissance : / /

Adresse :

Code postal : Ville :

Courriel :

Téléphone :

Portable :

date : Signature :