



## Stage de Yoga Gers août 2019



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

### Stage de kurma yoga, yoga nidra, méditation avec Mathieu

**Dates** : du samedi 3 août à partir de 17h au vendredi 9 août 2019 vers 13h

**Thème** : Yoga de la tortue (kurma yoga), yoga nidra et assise.

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

**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 et « Dormir pour s'éveiller : le yoga nidra traditionnel » aux éditions Almora.

**Nombre de participants** : 15

**Programme** : 8h do-in, 9h petit déjeuner, 10h à 13h yoga, déjeuner, temps libre, 16h30 yoga, 19h30 repas.



**Prix du séjour :**

**Yoga :** 500 €

**Coût de l'hébergement et repas :** 385 € (à régler sur place à l'ordre de « Barréteau »).

Un acompte de 200 € est demandé à l'inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> mai 2019 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 1<sup>er</sup> mai 2019, l'acompte n'est plus remboursé.

Le solde de 300 € sera payable avant le stage.

**Niveau :** du débutant au professeur de yoga



Bulletin à envoyer accompagné de votre acompte (à l'ordre de Mathieu) à :  
Mathieu La Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)  
Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

----- ✂ -----

TP GERS août 2019

Je m'inscris au stage de yoga et verse l'acompte de 200 €  
(dont 180 € remboursables jusqu'au 01/05/2019) à l'ordre de Mathieu.

NOM :                                      Prénom :                                      date de naissance :                      /                      /

Adresse :

Code postal :                                      Ville :

Courriel :

Téléphone :                                      Portable :

Je désire un reçu (mettre une ☒)

date :                                      Signature :