

# Formation en yoga nidra

## Gard juillet 2020

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

## Formation de Professeur de Yoga Nidra dans le Gard avec Mathieu

**Apprendre, comprendre, créer et transmettre.**

Le yoga nidra traditionnel est une pratique d'iauteriorisation consistant à endormir certains aspects de soi afin de s'éveiller.

**Dates :** du vendredi 17 juillet soir au jeudi 23 juillet à 14h  
(5 jours et demi 35 heures)

**Horaires** 8 h à 21 h avec pauses.

### À qui s'adresse la formation ?

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

**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 du livre « Dormir pour s'éveiller : le yoga nidra traditionnel » Éditions Almora.

**Le lieu :** Souffle Harmonie à Saint Paulet de Caisson (Gard).

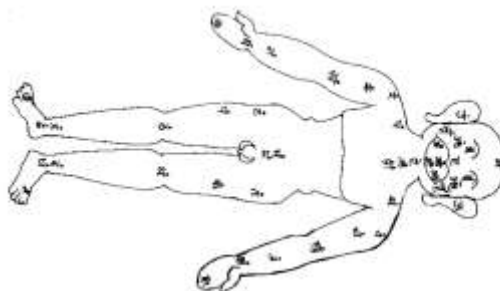
Tous les détails : chambres (de 2 ou +), moyens d'accès (gare de Bollène La croisière) sur <http://annaboulieu.wixsite.com/souffleharmonie>. Nous nous occupons de votre hébergement.

### Nombre de participants

Limité à 18 personnes.

### Contenu du programme

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



**Coût de la formation** : tarif individuel : 750 €.

**Coût de l'hébergement et repas** (à payer sur place).

- 420 € (Les draps et serviettes sont fournis avec un supplément de 10 €).

Un acompte de 250 € est demandé pour toute inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> avril 2020 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 2 avril 2020, l'acompte n'est plus remboursé. Le solde de 500 € est à payer avant le 1<sup>er</sup> Juillet 2020.

**Certification**

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

**Site internet**

Vous pourrez figurer gratuitement sur le site des professeurs de yoga nidra de l'EYM, [www.ecoledeyogamathieu.fr](http://www.ecoledeyogamathieu.fr) « formation ».



**Bulletin d'inscription** à envoyer accompagné de votre acompte de 250 € (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.

----- ✂ -----

**NIDRA GARD 2020 (merci d'écrire lisiblement)**

Je m'inscris au cycle de formation en nidra de juillet et verse l'acompte de 250 € (dont 230 € remboursables jusqu'au 01/04/2020) à l'ordre de EYM.

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance :          /          /

Intitulé du chèque s'il n'est pas à votre nom :

Adresse complète : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Courriel : .....

Téléphone : ..... Portable : .....

je désire une facture

Signature : ..... date