



# Stage de Yoga Gard Ascension 2020



Vishnou

Mathieu  
La Haute Jambuère  
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 **mercredi 20 mai** à partir de 17h au **dimanche 24 mai 2020** en fin de matinée

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

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

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

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** : 16

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



**Prix du séjour :**

**Yoga :**

- 320 €

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

- 280 € (Les draps et serviettes sont fournis avec un supplément de 10 €).

Vous trouverez sur place tapis et coussins.

Un acompte de 120 € est demandé à l'inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> février 2020 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 1<sup>er</sup> février 2020, l'acompte n'est plus remboursé.

Le solde de 200 € sera payable avant le 1<sup>er</sup> mai 2020.

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



kurma

Avant de vous inscrire contactez Mathieu 06 65 27 55 74 ecoleym@orange.fr pour savoir s'il reste des places.

Bulletin à envoyer accompagné de votre acompte (à l'ordre de Mathieu) à :  
Mathieu La Haute Jambière 35320 Lalleu (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

----- ✂ -----

**Ascension GARD 2020**

Je m'inscris au stage de yoga et verse l'acompte de 120 €  
(dont 140 € remboursables jusqu'au 01/03/2020) à l'ordre de Mathieu.

NOM :                                  Prénom :                                  date de naissance :                  /                  /

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

Adresse :

Code postal :                                  Ville :

Courriel :

Téléphone :                                  Portable :

Je désire une facture (mettre une ☒)

date :

Signature :