



Formation de  
professeurs de  
kurma yoga  
avec Mathieu  
été 2021

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

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

**Dates :** du dimanche 8 à 18 h au vendredi 13 août à 16 h. Il vous est possible d'arriver dès 11h dimanche et, éventuellement, de prendre une nuit supplémentaire vendredi soir.

**Le kurma yoga**, ou yoga de la tortue, se veut le yoga originel, tous les autres yogas en seraient issus. Nous aborderons les différents aspects du yoga (postures, respiration...) 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 puissante, plus évidente, précise et efficace.

**Mathieu** se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le kurma yoga depuis 1972 et co-dirige la revue Infos Yoga. Il est l'auteur de « La Béatitude de la Tortue » (éditions Thot 2016) récit sur le kurma yoga et « Kurma Yoga » (éditions Almora avril 2021).

**Le lieu :** Trimurti 642 chemin du Val de Perrier 83310 Cogolin, 12 hectares en pleine nature, avec vue sur le massif des Maures et la baie de Saint-Tropez. Cuisine naturelle sous forme de buffet. Toute sorte d'hébergements, de la tente à la chambre individuelle.

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

Cette formation est conçue pour les professeurs de yoga, et futurs professeurs, désirant utiliser Les principes du kurma yoga dans propre pratique.

**Programme**

Nous aborderons, sur 35 h, à travers des cours théoriques et pratiques les 18 premiers trésors du kurma yoga, les 6 poussées fondamentales, les 6 instruments et les 6 chakras respiratoires.



**Coût de la formation : 700 €.**

En cas d'annulation de cette formation pour raison de COVID, la totalité des de ce coût est remboursée.

**Coût de l'hébergement et repas :** Choisir un hébergement (de 375 à 745€) en réservant impérativement auprès du village de Trimurti via : <https://www.trimurti>

Un acompte de 300 € est demandé pour toute inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> mai 2021 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 2 mai 2021, l'acompte n'est plus remboursé.

**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.

L'accueil à Trmurti est possible dès 11h00 le vendredi 13 août. Le premier repas est à 20h, le dernier le mercredi 18 Août à 13h.

Avant de vous inscrire contactez Mathieu 06 65 27 55 74 ou [ecoleym@orange.fr](mailto:ecoleym@orange.fr) pour savoir s'il reste des places. Si vous désirez une chambre individuelle inscrivez vous rapidement.

L'inscription est enregistrée lorsque la réservation auprès de Trimurti est effectuée et le bulletin d'inscription accompagné de l'acompte reçu.

**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 1 La Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyés ultérieurement.

----- ✍ -----

**KURMATRIMURTI août 2021**

Je m'inscris à la formation de kurma yoga et verse l'acompte de 300 € (dont 280 € remboursables jusqu'au 01/05/2021) à l'ordre de EYM.

NOM : Prénom : date de naissance : / /

Adresse :

Code postal : Ville :

Courriel :

Téléphone :

Portable :

date : signature :

Je souhaite une facture