

# Formation en yoga nidra Rennes décembre 2023

Ecole de Yoga Mathieu  
☎ 02 99 43 17 90  
📞 06 65 27 55 74  
ecoleym@orange.fr  
www.ecoledeyogamathieu.fr

## Formation de Professeur de Yoga Nidra à Rennes avec **Mathieu**

**Apprendre, comprendre, créer et transmettre.  
Formation complète, dense et essentielle.**

Le yoga nidra traditionnel est une pratique d'intériorisation consistant à endormir certains aspects de soi afin de s'éveiller. Il nous ouvre la porte vers *turiya* l'essentiel.

**Dates** : du mardi 26 décembre à 12h au samedi 30 décembre 2023 à 19h  
(5 jours 35 heures)

**Horaires** : 12h à 19h.

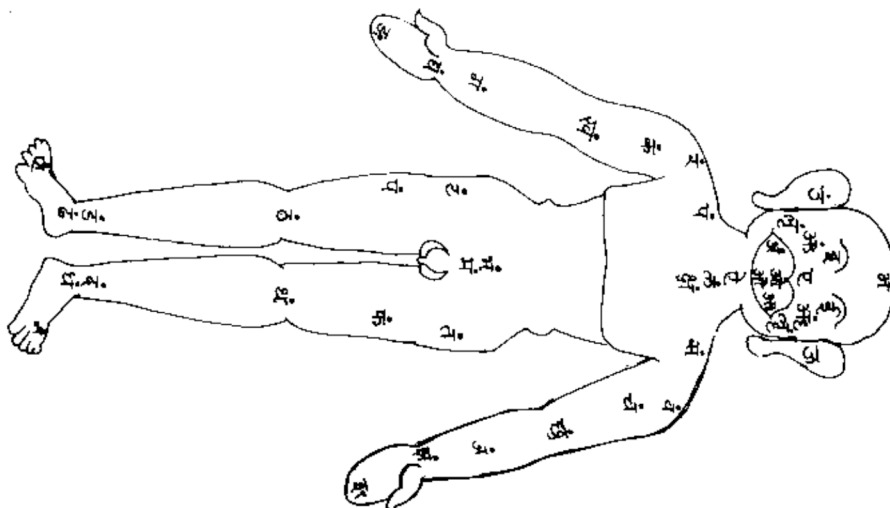
**Le lieu** : La Péniche Nouvelle Lune 4 quai d'Ille et Rance (**pas loin de la Place de Bretagne**).

### À qui s'adresse la formation ?

Cette formation est conçue pour les professeurs de yoga, et futurs professeurs, désirant enseigner le yoga nidra.

**Mathieu** se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le yoga nidra depuis 1972. Il a formé plus de 250 professeurs de yoga. Il est l'auteur du livre « Dormir pour s'éveiller : le yoga nidra traditionnel » Éditions Almora.

**Nombre de participants** : 11



**Coût de la formation : 820 €**

Un acompte de 220 € est demandé pour toute inscription, cet acompte sera touché en décembre, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> novembre 2023 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 1<sup>er</sup> novembre 2023, l'acompte n'est plus remboursé. Le solde de 600 € est à payer juste avant le la formation.

**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.

**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

**Vérifiez**, par e-mail [ecoleym@orange.fr](mailto:ecoleym@orange.fr) avant de vous inscrire, qu'il reste de la place.



**Bulletin d'Inscription** à envoyer accompagné de votre acompte de 220 € (à l'ordre de EYM) à :  
École de Yoga Mathieu, 1 La Haute Jambuère, 35320 Lalleu (France)  
Des informations complémentaires vous seront envoyés ultérieurement.



**Formation nidra Rennes 2023 (merci d'écrire lisiblement)**

Je m'inscris au cycle de formation en nidra de décembre 20213 et verse l'acompte de 220 € (dont 200 € remboursables jusqu'au 01/11/2023) à l'ordre de Mathieu.

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance :        /        /

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

Adresse complète : .....

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

E-mail : ..... afin d'éviter les erreurs  
envoyez un mail à [ecoleym@orange.fr](mailto:ecoleym@orange.fr)

Téléphone : .....

je désire une facture

Signature :

date