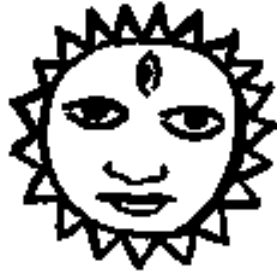


janvier / février
2027
Kérala

Ecole de Yoga Mathieu
1 la Haute Jambuère
35320 Lalleu (France)
06 65 27 55 74
ecoleym@orange.fr
www.ecoledeyogamathieu.fr



Soleil au cœur de l'hiver

Cures massages ayurvédiques et yoga

avec Prakas Narayanan et Mathieu

Dates : du mardi 26 janvier au soir au vendredi 5 février après-midi (11 jours dont 10 de massages), cette cure se déroule hors vacances scolaires bénéficiant de tarifs de vols intéressants.

Lieu : Le « Silent River Resort » à Vadakara, sur les rives de la rivière Muvattupuzha, à 52 km de l'aéroport international de Cochin, est un lieu paisible, loin des circuits touristiques, particulièrement adapté à la cure.

Programme : 6h30 yoga avec Prakas, 8 h petit-déjeuner, massages, 13h déjeuner, repos, promenade, 16h goûter, kurma & nidra avec Mathieu, 18h30 programme culturel, dîner 20h.

Prakas est né dans ce village, il parle français et est un extraordinaire passeur du yoga traditionnel et de sa culture. Les spectacles (musique karnatique et danses) sont de haute qualité.

Mathieu animera des ateliers de kurma yoga et de yoga nidra.

Nombre de participants : 20

