

Formation en yoga nidra Bretagne avril 2027

École 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 en Bretagne Avec Dominique David & Mathieu

Apprendre, comprendre, créer et transmettre.

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

Dates : du **lundi 19 avril** à 18 h au **samedi 24 avril à 17h** (vacances zone A et B)

Horaires : 7h40 do in, 8h petit déjeuner, 9h30 nidra, 12h15 déjeuner, 16h nidra, diner 19h

À qui s'adresse la formation ?

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

Animation :

- **Dominique David** enseignante de ha-tha yoga-yoga de l'énergie- à Vichy depuis 1998.

Après avoir été formée par Mathieu en 2008, anime des cours de yoga nidra chaque semaine.

- **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 Almor.

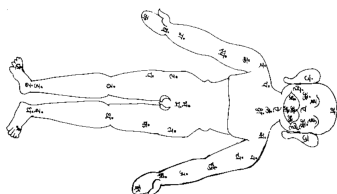
Lieu : Abbaye de Saint Jacut de la Mer dans les Côtes-d'Armor.

Nombre de participants : 16

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 = 650 €

Hébergement en pension complète :

- en chambre double : 475,00 €

- en chambre individuelle : 550,00 € (**nombre de chambres individuelles limité**)

- **hébergement extérieur** possible avec ou sans repas, avec une participation de 40,00 € pour la location de la salle. Il est important pour la dynamique du groupe de participer aux repas.

Nous nous occupons de votre réservation.

Un acompte de 250 € est demandé pour toute inscription, il est remboursable jusqu'au 1er février 2027 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Au-delà du 1er février 2027, l'acompte n'est plus remboursé. Le solde de 400 € est à payer avant la formation. Si vous réglez votre acompte par chèque, celui-ci ne sera encaissé qu'en avril, possibilité de régler par virement (nous contacter).

Pour venir : voir le lien sur le site EYM.

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 « formation ».



Bulletin d'Inscription à envoyer accompagné de votre acompte (à l'ordre de l'Ecole de Yoga Mathieu) à :
Ecole de Yoga Mathieu 1 La Haute Jambrière 35320 Lalleu (France)
Des informations complémentaires vous seront envoyés ultérieurement.

----- ✂ -----

NIDRA BRETAGNE 2027 (merci d'écrire lisiblement)

Je m'inscris à la formation en yoga nidra et verse un acompte de 250 € à l'ordre de EYM

☐ chambre double ☐ chambre individuelle ☐ hébergement extérieur

NOM :

Prénom :

Date de naissance : / /

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

Adresse :

Code postal :

Ville :

Portable :

Courriel :

☐ je désire une facture

Date :

Signature :