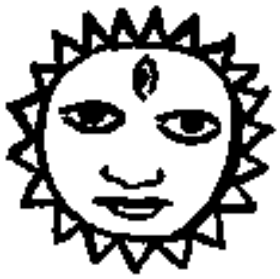
janvier / février
2027
# Kérala

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.

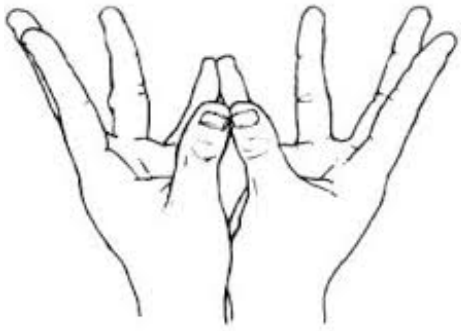
**Lieu :** Le « Silent River Resort » à Vadakara, sur les rives de la rivière Muvattupuzha, à 52 km de l'aéroport international de Cochin, est un lieu paisible, loin des circuits touristiques, particulièrement adapté à la cure.

**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



**Prix du séjour :** 1 260 € par personne, en chambre individuelle ou chambre couple.
160 € d'acompte à l'inscription, les 1100 € restants sont à payer sur place.
L'acompte n'est pas remboursable. Ce prix comprend l'hébergement avec salle d'eau et WC partagés, les repas ayurvédiques, l'eau, les tisanes, les massages, le yoga, une consultation possible avec un médecin ayurvédique, les concerts, les conférences, le transport du vol groupé de l'aéroport au centre et du centre à l'aéroport. Le prix ne comprend pas le billet d'avion, les frais de e-visa, d'éventuels médicaments ayurvédiques, les pourboires.

**Comment venir :**
L'achat du billet d'avion pour Cochin (ou Kochi) est à votre charge. Vous trouverez sur le site une information précise à propos du vol groupé.

Un départ groupé de Paris CDG sur Air India (AI142 + AI2473) se fera, via Delhi, lundi 25 janvier à 20h35, arrivée à Cochin le lendemain 26 janvier à 18h35. Nous viendrons vous chercher à l'aéroport, il y a 1h30 de route jusqu'à Silent River.

Pour le retour groupé, vous reprendrez l'avion le samedi 6 février de Cochin à 06h05 (AI2638 + AI147), arrivée, via Delhi, à Paris CDG le samedi 6 février à 19h05. Il vous est aussi possible de prendre un autre vol ou une autre compagnie, d'arriver plus tôt, dans ce cas nous vous attendons à Silent River.

**Passeport et e-visa :** Vous devez posséder un passeport (+ de 6 mois de validité) et un e-visa.

Cette cure peut être complétée par celle de Kovalam du 6 au 17 février.



**S'inscrire en 3 temps :**
1/ Envoyer un mail à ecoleym@orange.fr pour prendre une option (valable 3 semaines). Nous vous donnerons des informations afin de prendre votre billet d'avion.
2/ Prendre son billet d'avion sur internet ou en agence, (nous travaillons avec l'agence parisienne Soundar Travel qui propose des prix intéressants). Vérifiez bien les dates.
3/ S'inscrire à l'aide du bulletin ci-dessous à envoyer, accompagné de votre règlement (160 €), à l'ordre de EYM à : École de Yoga Mathieu 1 la Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)
Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement**.**

---✂----------

Silent River 2027. Merci d'écrire lisiblement.
Je verse 160 € à l'ordre de EYM (remboursable pendant 14 jours) pour le stage ayurvéda et yoga.
☐ Je participe au vol groupé Air India

NOM : Prénom : Date de naissance : / /

Adresse :

Code postal : Ville :

Courriel : afin d'éviter les erreurs envoyez 1 mail à ecoleym@orange.fr

Portable :

☐ Cochez cette case si vous avez besoin d'une facture.

Date : Signature :