



# STAGE YOGA & Retraite en silence

(Stage pour tous et agréé par la FNEY)

**Catherine MASSON**

4 allée François Bernier 35760 Saint-Grégoire

06 31 89 42 42

[catherinemasson@espaceyoga.org](mailto:catherinemasson@espaceyoga.org)

[www.espaceyoga.org](http://www.espaceyoga.org)



Les cours de Yoga pour tous niveaux sont dispensés par **Catherine MASSON**, enseignante de Yoga, formatrice à la FNEY (<http://lemondeduyoga.org/lassociation-fney/>) et Gestalt-thérapeute.

**du Dimanche 8 septembre 2024 à 18h au Samedi 14 septembre 2024 à 11h**

**Lieu : Maison d'accueil Île Blanche** – 29241 LOCQUIREC 02 98 67 43 72 - <http://www.ile-blanche-locquirec.fr/>  
(Gare TGV Morlaix, puis bus : <https://www.breizhgo.bzh> )

## Programme :

- Assise en silence : 7h45 à 8h15
- Yoga : 9h30 à 12h
- Temps libre : 14h à 17h30
- Yoga : 17h30 à 19h

<b>Tarifs :</b>	Chambre individuelle avec sanitaires privés
Pension complète pour la semaine par personne	480 €
Cours de Yoga pour la semaine et Atelier	350 €
<b>Total par personne pour la semaine</b>	<b>830 €</b>

Apporter votre tapis de Yoga et coussin de méditation

**Formulaire d'inscription**  
**au Stage Yoga & Retraite en silence à l'Île Blanche (Septembre 2024) à renvoyer à :**

Catherine MASSON  
4 allée François Bernier  
35760 St Grégoire

---

<b>Total par personne pour la semaine</b>	<b>830 €</b>
---	--------------

**Pour confirmer votre inscription**, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 15 Mai 2024 **avec un chèque d'acompte de 200 €** à l'ordre de Catherine MASSON (non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure)

Le solde des frais sera réglé en début de stage avec deux chèques, l'un pour le Yoga, l'autre pour la pension complète.

---

**Merci de remplir ce formulaire :**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Indiquez si vous avez un régime alimentaire particulier :