

Information sur le stage



Catherine MASSON

06 31 89 42 42 – catherinemasson@espaceyoga.org – www.espaceyoga.org - [in](#)

Stage de Yoga & atelier d'écriture

du jeudi 3 décembre 2026 à 13h30 au dimanche 6 décembre 2026 à 16h

Maison d'accueil Île Blanche

1 impasse de l'Île Blanche – 29241 Locquirec (Gare Morlaix, puis bus ligne 30 ou taxis indiqués sur site Île Blanche)

02 98 67 43 72 – contact@maisonileblanche.fr – <https://www.ile-blanche-locquirec.fr/>



Les cours de Yoga pour tous niveaux sont dispensés par [Catherine MASSON](#), enseignante de Yoga et formatrice à la [FNEY](#), et par ailleurs [Gestalt-thérapeute](#).

L'atelier d'écriture aura pour thème « voyage vers ma lumière intérieure », il sera animé par Gersende de VILLENEUVE. Écrivaine plurielle depuis plus de 20 ans (biographies, essais, « Petit Larousse insolite du breton et des bretons », « Espérer l'inespéré »), animation de nombreux stages d'écriture pour adultes et enfants, elle aime particulièrement guider chacun.e à la source jaillissante de ses mots et de son être.

Programme :

- Jeudi : 13h30 à 16h : Yoga / 16h30 à 18h30 : Atelier d'écriture
- Vendredi, Samedi : 7h30 à 8h : Assise en silence / 9h15 à 12h15 : Yoga / 15h à 17h : Atelier d'écriture / 17h30 à 19h : Yoga
- Dimanche : 7h30 à 8h : Assise en silence / 9h15 à 12h15 : Yoga / 14h à 16h : Atelier d'écriture

Apporter votre tapis de Yoga et coussin de méditation

Tarifs (€)	Chambre individuelle avec sanitaires privés
Pension complète par personne	213
Yoga et Atelier d'écriture	500
Total par personne	713

Inscription au stage



Catherine MASSON

06 31 89 42 42 – catherinemasson@espaceyoga.org – www.espaceyoga.org - [in](#)

Stage de Yoga & atelier d'écriture

du jeudi 3 décembre 2026 à 13h30 au dimanche 6 décembre 2026 à 16h

Maison d'accueil Île Blanche

1 impasse de l'Île Blanche – 29241 Locquirec (Gare Morlaix, puis bus ligne 30 ou taxis indiqués sur site Île Blanche)

02 98 67 43 72 – contact@maisonileblanche.fr – <http://www.ile-blanche-locquirec.fr>

Nom :

Prénom :

Téléphone :

J'accepte d'être inscrit au groupe WhatsApp des inscrits à ce stage (Echange pour éventuel covoiturage, partage taxi, photos, etc...) ☐

Adresse mail :

J'accepte de recevoir des Newsletter sur les stages : ☐

Adresse :

Précisions à me transmettre (régime alimentaire, autres, ...) :

Pour valider votre inscription vous devez avant le 15 octobre 2026 :

- **Renseigner cette fiche et la transmettre par mail à ces partenaires :**

o Catherine MASSON : catherinemasson@espaceyoga.org

o Lieu du stage : contact@maisonileblanche.fr

Ils vous transmettront en retour leur IBAN pour les paiements

- **Payer par virement un acompte de 200 € au lieu du stage**

Acompte non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure

Vous réglerez lors du stage :

- Le Yoga et Atelier d'écriture à Catherine MASSON par virement
- Solde pour la pension complète au lieu du stage