



# STAGE YOGA & Atelier Chemin vers soi

(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.
- L'Atelier Chemin vers soi sera animé par **Anne DUCROCQ**, éditrice au Seuil, dirige la collection d'épanouissement intérieur Points vivre. Elle a publié une vingtaine d'ouvrages. Thème de l'Atelier : On naît une fois dans un corps, il reste à naître à soi-même, à naître plus large. Deux heures chaque jour entre contes de sagesse, mini-ateliers d'écriture, film et introspection. Pour s'offrir un tête à tête avec soi-même.

**du Samedi 19 octobre 2024 à 15h au Vendredi 25 octobre 2024 à 9h**

**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 : 7h30 à 8h
- Yoga : 9h30 à 12h
- Atelier Chemin vers soi : 15h à 17h
- Yoga : 17h30 à 19h

## Tarifs :

Tarifs :	Chambre individuelle avec sanitaires privés
Pension complète pour la semaine par personne	438 €
Cours de Yoga pour la semaine et Atelier	450 €
<b>Total par personne pour la semaine</b>	<b>888 €</b>

Apporter votre tapis de Yoga et coussin de méditation

**Formulaire d'inscription**  
**au Stage Yoga & Atelier Chemin vers soi à l'Île Blanche (Octobre 2024) à renvoyer à :**

Catherine MASSON  
4 allée François Bernier  
35760 St Grégoire

---

<b>Total par personne pour la semaine</b>	<b>888 €</b>
---	--------------

**Pour confirmer votre inscription**, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 15 Août 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/Atelier, l'autre pour la pension complète.

---

**Merci de remplir ce formulaire :**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Indiquez si vous avez un régime alimentaire particulier :