



STAGE YOGA & PAUSE SPIRITUELLE en BRETAGNE

(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

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 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 : Habiter le temps, trouver une juste place entre le plein et le vide avec une alternance de conférences, d'écriture et de films documentaires avec des temps de partage.

du Samedi 22 octobre 2022 à 18h au Vendredi 28 octobre 2022 à 14h

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 : 15h à 16h30
- Yoga : 17h30 à 19h

| Tarifs : | Chambre individuelle avec WC sans douche | Chambre individuelle avec sanitaires privés |
|--|---|--|
| Pension complète pour la semaine par personne | 396 € | 426 € |
| Cours de Yoga pour la semaine et Atelier | 450 € | 450 € |
| Total par personne pour la semaine | Option A 846 € | Option B 876 € |

Apporter votre tapis de Yoga et coussin de méditation

Formulaire d'inscription
au Stage Yoga & Pause Spirituelle (Octobre 2022) à renvoyer à :

Catherine MASSON
4 allée François Bernier
35760 St Grégoire

| |
|---|
| Merci d'entourer l'option choisie (voir explication sur le tableau de la première page) |
|---|

| | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Total par personne pour la semaine | Option A 846 € | Option B 876 € |
|---|--------------------------|--------------------------|

Pour confirmer votre inscription, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 15 Août 2022 **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 :