



Stage de Yoga
Gers août 2012



Ecole de Yoga Mathieu
La Haute Jambuère
35320 Lalleu
☎ 02 99 43 17 90
📞 06 65 27 55 74
ecoleym@orange.fr
www.infosyoga.info

Stages de yoga, yoga nidra, méditation
avec Mathieu

Dates du dimanche 19 août à partir de 17 h au samedi 25 août 2012 après le déjeuner.

Thème Yoga de la tortue, yoga nidra et méditation

Lieu Le Sabathé, à Saint-Mézard dans le Gers (à 700 km de Paris), est une grande maison gersoise dans un hameau tranquille, à 25 km au sud d'Agen. La pratique du yoga a lieu dans une ancienne grange restaurée donnant sur une terrasse ensoleillée avec vue sur un parc de cèdres centenaires.

Hébergement dans des chambres confortables à 2 , 3 ou 4 lits, salles de bain avec baignoire ou douche et toilettes souvent individuelles. Draps et serviettes de toilette sont fournis. Petit déjeuner copieux avec confitures et pain maison, cuisine familiale délicieuse (non végétarienne et végétarienne), avec quelques spécialités gasconnes et asiatiques...

Site : <http://www.lesabathe.com>



Animateur Mathieu se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le yoga nidra depuis 1972 et dirige la revue Infos Yoga.

Nombre de participants : 16

Programme 8 h do-in. 8 h45 petit déjeuner, 10 h à 13 h yoga, déjeuner, temps libre. 16 h 30 à 19 h yoga, 19 h 30 repas. 21 h méditation.

Prix du séjour 690 €. Ce prix comprend l'hébergement en pension complète et le Yoga
Un acompte de 290 € est demandé à l'inscription, il est remboursable jusqu'au 1^{er} avril 2011 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription. Option camping 590 €.

Niveau du débutant au professeur

Renseignements Mathieu : Tél 02 99 43 17 90 ou 06 65 27 55 74 ou ecoleym@orange.fr
Pour l'hébergement : Sylvie et Thierry Barreteau Le Sabathé 32700 Saint Mézart
Tél. : 05 62 28 84 26



Bulletin à envoyer accompagné de votre acompte (à l'ordre de l'Ecole de Yoga Mathieu) à
Ecole de Yoga Mathieu La Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)
Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

-----✂-----

STAGE AOÛT 2012

Je verse un acompte de 290 euros à l'ordre de ECOLE DE YOGA MATHIEU
(dont 270 euros remboursables jusqu'au 01/04/2011)
pour le stage d'été dans le Gers.

NOM :

Prénom :

Adresse complète :

Code postal :

Ville :

Courriel :

Téléphone fixe :

Portable :

Option camping (places limités)

je désire un reçu pour ma comptabilité (mettre une ☒)

Signature :