

Ecole de Yoga

Mathieu

La Haute Jambuère

35320 Lalleu

02 99 43 17 90

06 65 27 55 74

ecoleym@orange.fr

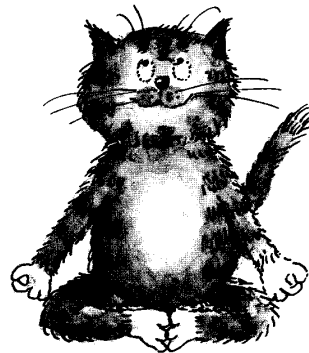
Dimanches de Yoga en Bretagne avec Mathieu 2010 / 2011

Lieu : La Haute Jambuère 35320 Lalleu, Lalleu est à 45 km au sud de Rennes en voiture (comptez 45 minutes) et à 90 km de Nantes (1 h 10). Co-voiturage possible.

- 26 septembre
- 7 novembre
- 12 décembre
- 30 janvier
- 27 mars

Horaire : de 11 h à 17 h 15

Programme :	11 h 15	pratique postures, respirations, yoga-nidrâ,
	13 h 30	pique-nique (à apporter)
	14 h 30	postures, respirations, yoga-nidrâ, méditation
	17 h 15	fin du stage



Mathieu a pratiqué le yoga très jeune avec son père qui fut un des pionniers du yoga en France, puis avec Jacques Thiébault. Il anime la revue InfosYoga. Il enseigne le yoga depuis plus de 35 ans.

Léo, yogi, chat et célèbre éditorialiste de la revue InfosYoga, vous accordera son dharsan (sa présence) en fonction des disponibilités de son programme de méditation.

→ tarif : 45 euros la journée

→ réservation à l'aide du bulletin ci-dessous (le nombre de places étant limité)



Bulletin à renvoyer à EMY, La Haute Jambuère, 35320 Lalleu accompagné d'un acompte de 15 euros

NOM:

Prénom:

adresse complète:

code postal :

Ville :

tél.:

portable :

Email :

je m'inscris au stage de LALLEU à la date du :.....

je verse un acompte de 15 euros à l'ordre d' «EYM» non remboursé en cas de désistement de ma part.

je désire un reçu je recherche une

place dans une voiture j'ai des places (mettre une)

Date :

Signature :