



STAGE A GOUTELAS **JUILLET**

du **Dimanche 7 Juillet 2019** (Accueil à 15h)
au **Vendredi 12 Juillet 2019** (Après le déjeuner)

Enseignante : Cécile Beaudin-Diéterlé

Diplômée de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga. Formatrice d'enseignants dans plusieurs écoles. Directrice administrative de l'École Française de Yoga de Lyon. Elle enseigne à Lyon, depuis près de 25 ans, au sein de l'Académie Lyonnaise de Yoga qu'elle a créée.

Conférencier : Joseph Gourcy

Kinésithérapeute et professeur de yoga, Joseph nous apportera ses connaissances physiologiques et anatomiques pour éclairer notre pratique.

Thème : DU MOUVEMENT À LA STABILITÉ INTÉRIEURE

La pratique du yoga est une recherche permanente d'équilibre corporel intégrant notre bien-être intérieur.

Grâce aux exercices bien ajustés du corps, des enchaînements, des postures statiques et du souffle, notamment par le prânâyâma, nous gagnerons en précision et en stabilité mentale. Nous créerons ainsi des conditions favorables à une meilleure conscience d'Être.

Lieu : Château de Goutelas à Marcoux – Haut-Forez

Très bien restauré, le château est situé au calme dans un beau cadre de verdure incitant aux promenades et au calme intérieur.

Une nourriture familiale de bonne qualité est servie. Le logement au château est confortable.

Frais de participation :

En pension complète : Chambre double : 970 € Chambre individuelle : 1070 €
Acompte à joindre à l'inscription : 420 €

Bulletin d'inscription

Stage au Château de Goutelas **Dimanche 7 au Vendredi 12 Juillet 2019**

M. Mme, Melle :

Prénom :

Adresse :

e-mail :

Tél :

Profession :

Date de naissance :

Je pratique le yoga depuis :

Je m'inscris :

En chambre double

En chambre individuelle

Je joins l'acompte de 420 € à l'ordre de **Cécile Beaudin**.

Observations personnelles

Date et Signature

Conditions d'annulation, sur demande écrite :

Plus d'un mois avant le début du stage : abandon de la moitié de l'acompte
d'un mois avant le début du stage : abandon de l'acompte en totalité

A retourner à
l'Académie de Yoga 120 rue de St Cyr 69009 Lyon
Tél : 06 83 30 25 12

yoga@cecilebeaudin.fr