



## **STAGE A GOUTELAS** **JUILLET**

du **Dimanche 5 Juillet 2020** (Accueil à 15h)  
au **Vendredi 10 Juillet 2020** (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 plus de 25 ans, au sein de l'Académie Lyonnaise de Yoga qu'elle a créée.

### **Conférencier : Joseph Gourcy**

Kinésithérapeute et professeur de yoga. Il enseigne l'anatomie et la physiologie à l'école de yoga de Lyon.

### **Thème : ACTION ET LÂCHER-PRISE**

Tout cheminement en Yoga nécessite action et persévérance. Entrer dans la pratique, qu'elle soit physique ou méditative est un engagement personnel qui ouvre, par le lâcher-prise, à l'accueil des fruits de l'action. En respectant le rythme et les limites de chacun, nous progresserons dans la profondeur du Hatha-Yoga au travers des enchaînements, des postures, des techniques respiratoires pour atteindre la plénitude de la méditation.

### **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 5 au Vendredi 10 Juillet 2020**

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

Moins 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](mailto:yoga@cecilebeaudin.fr)