



Stage de la TOUSSAINT

au Château de GOUTELAS

Du Mardi 1^{er} novembre 2022 (accueil à 15h)
au Dimanche 6 Novembre 2022 (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 Auvergne Rhône-Alpes. Elle enseigne à Lyon, depuis plus de 25 ans, au sein de l'Académie Lyonnaise de Yoga qu'elle a créée.

Conférence et ateliers : Joseph Gourcy

Kinésithérapeute et professeur de yoga. Il enseigne l'anatomie et la physiologie à l'école de yoga Auvergne Rhône-Alpes.

Thème : LIBÉRER NOS CENTRES D'ÉNERGIE

Notre colonne vertébrale est l'axe essentiel de nos pratiques de Hatha Yoga mais aussi le support des circulations d'énergie au travers des chakra. En éveillant ces carrefours d'énergie, notamment par la fluidité de notre colonne dans la pratique de « *la danse du souffle* » associée à un souffle conscient, par des postures spécifiques stimulant chaque centre, nous nous donnons des moyens d'un centrage intérieur intense.

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 : 1015 € Chambre individuelle : 1115 €
Acompte à joindre à l'inscription : 415 €

Bulletin d'inscription

Stage de la Toussaint au Château de Goutelas

Mardi 1^{er} au Dimanche 6 Novembre 2022

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 415 € 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 Cécile Beaudin

1 Route de saint Romain 69660 Collonges au Mont d'Or

Tél : 06 70 31 27 27

yoga@cecilebeaudin.fr