



STAGE A GOUTELAS **JUILLET**

du **Lundi 1er Juillet 2024** (Accueil à 15h)
au **Samedi 6 Juillet 2024** (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.

Conférencier : Joseph Gourcy

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

Thème : RELIER LES ÂSANA AU PRÂNÂYÂMA

La réalisation bien ajustée des postures du Hatha Yoga, reliée au contrôle correct du souffle, crée les conditions favorables à l'état de méditation. Et celui-ci permet d'aborder les postures avec plus de conscience.

Nous approfondirons les techniques proposées par le Hatha/ Râja Yoga pour donner sens à notre pratique dans cette unité du corps et du souffle afin d'installer une stabilité mentale salubre.

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 : 1150 € Chambre individuelle : 1250 €
Acompte à joindre à l'inscription : 440 €

Adhésion au Conservatoire du yoga de l'énergie- année -2024

Vous êtes **enseignant** de yoga : 26 €
Souhaitez-vous figurer sur l'annuaire professionnel du site ? ◇ OUI ◇ NON

Vous êtes **pratiquant** de yoga : 19 € Chèque à l'ordre du CYE

Bulletin d'inscription

Stage au Château de Goutelas **Lundi 1er au Samedi 6 Juillet 2024**

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 440 € 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