



## STAGE GOUTELAS TOUSSAINT 2017

Du **Lundi 23 octobre 2017** (accueil à 15h)  
Au **Samedi 28 octobre 2017** (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 20 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 : L'ART DE RELIER NOS POLARITÉS et AMÉLIORER NOTRE ÉNERGIE VITALE**

Notre énergie est fortement liée à notre équilibre intérieur. Le Hatha Yoga nous propose d'expérimenter *l'art de relier nos polarités*. Une pratique bien ajustée agira à la fois sur notre équilibre corporel, mental et sur notre énergie vitale.

Nous approfondirons des âsana et des prânâyâma spécifiques équilibrant nos paires opposées et purifiant les nâdi (canaux d'énergie subtile). Enfin, nous nous relierons à la Source de Vie pour nous ouvrir à la dimension méditative.

### **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 : 895 € Chambre individuelle : 965 €  
Acompte à joindre à l'inscription : 365 €

## Bulletin d'inscription

**Stage au Château de Goutelas**  
**Lundi 23 Octobre au Samedi 28 Octobre 2017**

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 365 € 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)