

RETRAITE DE YOGA AOÛT 2026

Du mardi 18 à 10 heure au samedi 22 à 16 heure

- 07h00 / 08h30 : Méditation – Kriyâs (') – Mantras (')
- 10h00 / 11h15 : Philosophie du Yoga
- 11h30 / 12h45 : Âsanâs (')
- 15h15 / 16h30 : Philosophie du Yoga
- 16h45 / 18h30 : Âsanâs – Prânâyâma - Mantras
- 20h45 / 21h30 : Méditation – Marche silencieuse

(') : Mantras : chants - Âsana : postures de yoga - Kriyâ : purification, nettoyage - Prânâyâma : pratiques respiratoires

Lieu du stage : Château D'Argy – 36007 ARGY – 06 98 00 86 62

thomas@argy.fr

Prix du stage :

Hébergement : chambre simple 450 euros - chambre double 410 – triple 390 – camping 290.

Téléchargez le document afin de retenir votre hébergement et régler à l'hôte votre acompte de réservation

Enseignement 400 euros – Remplir votre inscription en bas de page.

Repas végétariens – draps et serviettes de toilettes fournies

Signaler les problèmes financiers

Contact : Richard AUBART - 06 48 25 41 07

Mail : chariyog166@gmail.com – Site : www.yoga-equilibre-harmonie.com

Prévoir : tapis de yoga, zafu, couverture pour les méditations

Bulletin d'inscription concernant l'enseignement à envoyer avec votre chèque d'acompte à :
Richard AUBART – 22 B, rue du Cordon Bleu - 41200 Romorantin-Lanthenay

Mme, M : NOM _____ Prénom _____

Adresse : _____

Tél. fixe : _____ portable : _____ email : _____

S'inscrit à la retraite de yoga du 20 au 24/08/2025, et joint un chèque établi à l'ordre de Richard AUBART d'un montant de 150 euros d'acompte. Possibilité de faire un virement pour votre acompte, RIB joint.

Signature :