

Lieu du Stage :

Centre le Carnet de Bord

1 route du Port Blanc
Le Diben
29630 PLOUGASNOU
06 24 69 33 54 09 65 26 21 46

Site du lieu : <http://monsite.orange.fr/carnetdebord>

Lieu adapté à l'accueil d'un accompagnant ne pratiquant pas le Yoga

Les repas sont préparés par le maître du lieu qui propose une cuisine goûteuse avec produits locaux et poissons



Centre le Carnet de Bord

Accès par le train : MORLAIX puis Bus
Consulter www.breizhgo.com pour ligne et horaires



Association PAROLES DE YOGA

Stage de Yoga YOGA ET DANSE

Les cours de Yoga sont dispensés par :

Catherine MASSON

Enseignante de Yoga
Formatrice d'enseignants de Yoga
de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga
(FNEY)

STAGE AGREE PAR LA FNEY

**du Dimanche 19 Août 2012 à 18h
au
Samedi 25 Août 2012 à 14h**

Ouvert à tous niveaux.
Une semaine de Yoga en Bretagne dans le Finistère
tout proche d'un petit port de pêche

Catherine MASSON
9 rue de Brocéliande 35760 Saint Grégoire
06 18 39 32 25
catherinemasson@coursyoga.org

www.coursyoga.org

PROGRAMME :

7h30 : Assise en silence
9h30 à 12h30 : Cours de Yoga
Temps libre jusqu'à 16h30
16h30 à 17h30 : Danse
avec Pascale-Anne AUDRY
18h00 à 19h30 : Cours de Yoga
21h00 à 22h00 : Danse

Pascale-Anne AUDRY :

Enseignante de Yoga de la FNEY
Relaxologue de Biosynergie
Animatrice et formatrice à l'Ecole du Stress
Formée en gymnastique sensorielle Dany BOIS
Pratique la danse des 5 rythmes de Gabrielle ROTH
« Un temps de danses nous permettra de développer le plaisir de se mettre en mouvement. Par des gestes simples, nous apprendrons à nous détacher de la forme, nous rendre présent au mouvement intérieur et extérieur, à la vague d'énergie qui nous anime, avec le support de musique d'horizons diverses



Formulaire d'inscription au Stage de Carnet de Borde (Août 2012) à renvoyer à :

**Catherine MASSON
9 rue de Brocéliande
35760 St Grégoire**

Prix par personne :

Enseignement (350 €) avec pension complète (chambre pour 2 personnes) : 740 €
Enseignement (350 €) avec pension complète (chambre individuelle) : 870 €

Pour confirmer votre inscription,

vous devez renvoyer ce formulaire avant le 30 mars 2012 avec **un chèque d'acompte de 200 €** à l'ordre de Catherine MASSON
(non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure)

Le solde des frais sera réglé en début de stage

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tel :

Mail :

Merci de prévenir si régime alimentaire particulier :