

Lieu du Stage :

Centre Chrysalide
Presqu'île de Fandouillec
Lieu dit Nestadio
56680 PLOUHINEC
09 75 95 10 39



Centre Chrysalide

par le train :

Gare d'Auray (56) + Taxi (02 97 33 41 23)

en voiture :

En arrivant sur Lorient par la 4 voies (N 24) :
Garder la 4 voies (N 165) en direction de Lorient, prendre la
sortie 40 en direction de Port Louis (D 781) jusqu'au rond point
du Lieu dit Kernous, prendre la direction de Quiberon (D 194
puis D 9) sur 10 km jusqu'au Lieu dit Kerallan, prendre la 1^{ère} à
gauche après l'indication de ce Lieu dit, à 2 km tourner à gauche
devant un calvaire, entrer dans la 2^{ème} propriété à droite.



Association **PAROLES DE YOGA**

Stage de Yoga

«Un temps de ressourcement »

Catherine MASSON

du Dimanche 1^{er} Juillet 2012 à 19h

au

Samedi 7 Juillet 2012 à 14h

Une semaine de
pratique approfondie de Yoga
en Bretagne sud,
sur une presqu'île,
dans le calme et la nature.

le lieu est très propice à l'accueil d'un compagnon ou
d'une compagne
ne pratiquant pas le yoga

Association PAROLES DE YOGA
9 rue de Brocéliande 35760 Saint Grégoire
06 18 39 32 25 - catherinemasson@coursyoga.org

www.coursyoga.org

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)

Les cours de Yoga
sont ouverts à tous niveaux

Chaque matin avant le petit déjeuner un temps
d'assise en silence facultatif.

9h 30 à 12h 00 : Cours de Yoga
Temps libre jusqu'à 16h 30
(possibilités de nombreuses promenades)
16h 30 : Goûter (jus de fruits, fruits)
17h 00 à 18h 00 : Echange
18h 00 à 19h 30 : Cours de Yoga

Accueil

La maison d'accueil est une chaumière bretonne qui
dispose, pour l'hébergement,
de chambres de deux personnes avec possibilités de
loger en chambre individuelle.

Les repas sont préparés
par la maîtresse du lieu qui propose
une cuisine végétarienne conçue avec soin,
créativité,
à partir d'aliments de qualité biologique
pour le plaisir de tous

Selon la météo les repas peuvent être pris
dehors face à la mer

Formulaire d'inscription au Stage du Centre Chrysalide (Juillet 2012) à renvoyer à :

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

Participation au frais :

Hébergement en pension complète

Pension complète : 360 €

Enseignement : 350 €

Total : 710 €

(Chambre individuelle : + 15 € par jour de supplément)

Pour confirmer votre inscription,

vous devez renvoyer ce formulaire avant le 30 mars 2012 avec **un chèque d'acompte de 220 €** 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 :

Régime alimentaire particulier pour les repas :