

Lieu du Stage :

Centre Chrysalide
Presqu'île de Fandouillec
Lieu dit Nestadio
56680 PLOUHINEC



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 « Solidarité du Souffle »

Catherine MASSON

**du dimanche 11 juillet 2010 : 18h
au
samedi 17 juillet 2010 : 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 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

Heures des repas : 12h 30 & 19h 45
Selon la météo les repas peuvent être pris
dehors face à la mer

Formulaire d'inscription au Stage du Centre Chrysalide (juillet 2010) à renvoyer à :

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

Participation au frais :

Hébergement en pension complète

Pension complète : 360 €

Enseignement : 300 €

Total : 660 €

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

Pour confirmer votre inscription,

vous devez renvoyer ce formulaire avant le 30 mars 2010 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 :