

Stage de yoga août 2021 – Organisation et tarifs

Possibilité d'arriver le dimanche 22 août au soir.

Lundi 23 août : 10 h 00	Début du stage - Accueil et séance de yoga
Les autres jours : 8h – 9h	Séance de yoga
	Petit déjeuner
10h – 12h30	Reprise du stage – Théorie et pratiques
	Repas
15h – 18h30	Reprise du stage – Théorie et pratiques
19h30	Repas

Soirées libres ou projection de films

Vous pouvez amener vos tapis et coussins si vous le désirez, mais il y a du matériel sur place.

La Maison de Yoga à Montpon-Ménéstérol nous accueille

Montpon, petite ville située en Dordogne (entre Périgueux et Libourne).

Un lieu entièrement dédié au yoga, à la détente et au ressourcement : Cours, stages et formations de professeurs.

Nous pourrons profiter de l'espace extérieur, jardin forestier de pins, châtaigniers et chênes.

Pour voir les photos : www.untempsdeyoga.fr

Hébergement

Six chambres doubles sont à votre disposition.

Draps et serviettes non fournis.

Une cuisine pour préparer nos petit déjeuner et repas du soir.

Possibilité de venir vous chercher à la gare de Montpon le dimanche soir.

Si vous vous proposez pour un co-voiturage, me le signaler.

Modalités d'inscription

Remplir et me renvoyer le bulletin d'inscription, accompagné d'un chèque de 80 €

Malie Verdickt - chemin des Bruyères – 65510 Loudenvielle

Pour toute information - tel : 06 67 73 64 67 ou malieyoga2@gmail.com

Frais de participation

Frais de séjour : 33 € par nuit - incluant l'hébergement en chambre double et petit déjeuner.

Enseignement : 300 €

Repas : nous nous ferons livrer les repas (végétariens) du midi par un restaurant : 13 €

Pour le soir chacun apportera sa contribution à l'élaboration des repas – les courses pourront être faites sur place.