

Yoga et méditation

Centre Manolaya

Avignon intramuros - 39 rue Bonneterie

2011-2012

● Cours de Yoga :

Yoga traditionnel : lundi, mardi, mercredi, jeudi 18h15
mercredi 19h30 - jeudi 17h00

Yoga thérapeutique : lundi 19h30

Respiration Concentration : mardi 19h30

Tarifs mois : 4 cours : 36 € / 8 cours : 56 € / illimité : 62 €

Tarifs trimestre : - 10 %

Carnet 10 tickets valable 1 an : 110 €

Tarifs réduits pour étudiants, couples, demandeurs d'emploi

Adhésion association : 20 €/an - Cotisation bibliothèque : 10 €/an

● Stages de Yoga :

Stage des vacances de la Toussaint : du 29 au 31 octobre 2011

Yoga et santé : Approche intérieure de l'équilibre global

Stage des vacances de Noël (*) du 17 au 19 décembre 2011

L'art de la respiration dans les pratiques de Yoga

Stage des vacances d'hiver du 3 au 5 mars 2012

Yoga et méditation : Ponts et difficultés du passage de l'un à l'autre

Stage de Pentecôte (*) du 26 au 28 mai 2012

Le Samkhya, les Yoga sutra et les approches non dualistes :

Textes majeurs et différences de pratique

330 € les trois jours, début à 10h, fin à 17h,
enseignement, hébergement et nourriture inclus.

Lieux : Hautes-Alpes, Alpes de Haute Provence

(*) *stages non ouverts aux débutants*

Centre de yoga Manolaya - 39 rue Bonneterie - 84000 Avignon

04 90 82 10 52 - 06 13 80 75 64 - 06 28 462 463

contact@manolaya.org - www.manolaya.org

Membre de la Fédération française des Praticiens de Yoga

Association loi 1901 - SIRET 499 283 315 00020

• Retraites de Yoga Voyage à la rencontre de Soi

Retraite de printemps

du samedi 21 au jeudi 26 avril 2012 (5 jours) 490 €

Lieu : Les Coustètes à Simiane La rotonde (04)

Retraites d'été :

du samedi 7 au jeudi 12 juillet 2012 (5 jours) 490 €

Lieu : Domaine de Sivas à Oze (05)

du samedi 4 au samedi 18 août 2012 (3 modules de 5 jours)

Un module : 490 €, deux modules : 790 € (M1+M2)

ou 720 € (M2+M3), trois modules : 990 €

Lieu : Ferme du Casage à Eygalayes (26)

Enseignement, hébergement et nourriture inclus.

Nous choisissons des lieux propices au recueillement et à l'intériorité. 7 heures de pratique par jour.

Les repas sont préparés par les participants dans un esprit de partage et d'offrande. Le prix comprend l'enseignement, l'hébergement (chambre double ou triple) et la nourriture. Conditions étudiants, couples, difficultés, nous consulter.

• Formation de Professeurs de Yoga

Le Centre de Yoga Manolaya dispense une formation de professeurs de yoga sur trois ans, sous l'égide de la Fédération française des Praticiens de Yoga.

Renseignements : Christian : 06 13 80 75 64 - Lisa : 06 28 462 463

Salle de pratique : 04 92 82 10 52 - Mél : contact@manolaya.org



Bulletin d'inscription à renvoyer au Centre de Yoga Manolaya, Christian Coupé, 39 rue Bonneterie, 84000 Avignon, accompagné d'un acompte de 30 % du montant du stage. Pré-inscription possible sur notre site internet ou par mail : contact@manolaya.org - www.manolaya.org

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. : _____

Email : _____

Participera du : _____ **au :** _____

Pratique du Yoga : Débutant Occasionnelle Régulière Enseignant