



Retraite hatha yoga tantrique estivale, « Le corps de la Nature, les 5 grands éléments »

12-16 juillet 2017, à St-Michel-les-portes (38650)

Comme chaque année le temps fort de la retraite estivale se dessine...

Elle aura lieu du **12 au 16 juillet** au centre de yoga du domaine le Martinet à St-Michel-les-portes, dans le Trièves, qui nous offre la possibilité d'une belle immersion dans la Nature.

Notre fil d'Ariane sera justement le thème de la Nature (Prakriti) et de ses manifestations dans les "trois mondes" (tribhuvanas), et les 5 "Grands Eléments" (terre, eau, feu, vent, espace).

Au programme quelques recettes classiques et moins classiques, composées avec les ingrédients que sont les postures, les souffles, et les méditations tantriques (chakras, mantras, yantras, et "cetera"), par le biais du hatha yoga et du yoga nidra (rêve/sommeil).

Comme d'habitude les pratiques et le rythme s'adapteront petit à petit au groupe mais aussi au mieux possible à chaque individu en particulier. Un objectif étant d'amener chacun à plus d'autonomie dans sa propre voie.

De petites balades-randonnées dans la Nature, avec ou sans pratiques, seront envisageables.

Cette année nous avons choisit l'hébergement en pension complète, avec possibilité d'être logé en chambre ou en tente : chambre 250€, camping 218€ pour les 5 jours.

Les repas bio végétariens seront cuisinés par nos hôtes, qui veulent bien prendre en compte les restrictions alimentaires s'il y en a.

pour l'enseignement, un prix de 210 € est indiqué (ou moins si besoin)

Si vous avez des questions n'hésitez pas à nous contacter.

Au plaisir,

Guillaume Chevrier

Enseignant de yoga diplômé par la Fédération Française des Ecoles de Yoga, en hatha yoga et yoga nidra. Je pratique et j'étudie le yoga depuis une quinzaine d'années en France et en Inde, et propose des cours, ateliers et stages depuis 2005, et une formation yoga nidra depuis 2012. Je suis aussi praticien en ayurveda, formé par l'IEEV.

Association KAILASH NATH

La Chapelle, 38710 St-Baudille-et-pipet

(+33)6 61 44 35 86

kailashnathtrieves@gmail.com / <http://kailashnathtrieves.wix.com/association-kailash-nath>





FICHE D'INSCRIPTION
Retraite tantrique 5 éléments
St-michel-les-portes (38650)
12-16 juillet 2017

Nom/Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone fixe/portable :

E-mail :

Expérience dans le yoga :

Remarques concernant votre santé (maladies, accidents, limitations, problèmes chroniques, ...)

N'hésitez pas à compléter au verso si vous manquez de place.

Veuillez joindre un chèque d'arrhes de 100 € à l'ordre de ASSOCIATION KAILASH NATH.

Les 110 € supplémentaires seront payés sur place lors du stage, ainsi que les frais de pension.

Date :

Signature :

Association KAILASH NATH

La Chapelle, 38710 St-Baudille-et-pipet

(+33)6 61 44 35 86

kailashnathtrieves@gmail.com / <http://kailashnathtrieves.wix.com/association-kailash-nath>

