



## STAGE DE YOGA EN BRETAGNE du 17/10/2019 au 20/10/2019

### La saveur du Souffle et du Silence

**Un temps pour faire un pas de côté et vous ressourcer en bordure d'océan, dans un environnement calme et harmonieux.**

Trois jours pour vous re-reposer et vous re-trouver : pratiques très douces de yoga adaptées à tous, techniques simples de respirations, sons et mantras, des espaces de silence propice à l'émergence de l'état méditatif. Vous aurez de nombreux temps pour vous promener en toute liberté au bord de l'océan...

**Hébergement en bordure d'océan:** Abbaye de Rhuys : <http://www.abbaye-de-rhuys.fr/>

En chambre double deux lits – draps et serviettes de toilette fournis – pension complète du jeudi soir 17 au dimanche 20 octobre midi. Possibilité de chambre individuelle (nombre limité – réservation par ordre d'arrivée).

#### Programme :

Arrivée le jeudi 17 octobre à 18h – Apéritif d'accueil à 18h - Dîner à 19h - Temps méditatif à 21h

Vendredi et samedi : 7h30 à 8h30 pratique de yoga suivi du petit déjeuner - Temps de pause – 11h à 12h : Atelier de yoga - déjeuner - Temps libre - 17h à 18h30 Pratique de yoga - Dîner - Temps méditatif à 21h

Dimanche : programme de la matinée identique - 14h30 à 16h00 Pratique méditative et temps de partage.

#### Tarif par personne :

**Pratiquant de yoga : 328 €** dont pension complète du jeudi soir au dimanche midi 181 € - Salle et enseignement : 147 € en chambre double.

Chambre simple : + **15€** (attention nombre limité – réservations prises dans l'ordre d'arrivée)

**Non adhérent à l'association Les Ateliers du Bien Etre cotisation 2019/2020 en sus : 15€**

**Accompagnateur non pratiquant de yoga :** 181 € pension complète en chambre double

**Délai d'inscription à respecter demandé par l'Abbaye : 20 septembre (après hébergement non garantie)**



**Je m'inscris au stage « Yoga en Bretagne » du jeudi 17 octobre 18h au dimanche 20 octobre après midi.**

**Nom et prénom :**

**Adresse. :**

**Code postal et ville :**

**Adresse mail en lettres majuscules :**

**Téléphone (portable si possible) :**

**Conditions de règlement :** *En cas de force majeure, l'organisateur est en droit d'annuler l'événement. Tout paiement préalablement versé vous serait alors intégralement restitué. En cas de désistement de votre part et ce, AVANT le 20 septembre 2019, vos arrhes vous seront remboursées (-45€ pour frais de gestion). Attention : Tout désistement APRES le 20 septembre 2019 engendrera la perte intégrale de vos arrhes*

**Mon règlement :**

Pratiquant de yoga en pension complète : 328 € (chambre double)  Option chambre individuelle + 15€

Je verse 147 € d'arrhes à l'ordre Ateliers du Bien Etre et joins un chèque de 181 € à l'ordre de l'Abbaye de Rhuys (débité une semaine avant le stage) pour une chambre double – 196 € pour une chambre simple

15€ si je ne suis pas adhérent (ordre Les Ateliers du Bien Etre)

Accompagnateur : chèque de 181 € d'arrhes à l'ordre Abbaye de Rhuys

Les chèques doivent être obligatoirement joints à l'inscription pour la valider. Dossier d'inscription à envoyer : Les Ateliers du Bien Etre 47 route de la Jonelière 44300 Nantes

**J'accepte les modalités d'inscription détaillées ci-dessus.**

**Date et signature :**