



E.S.V. YOGA

La section Yoga de l'ESV organise un stage à l'Ashram de Gretz les **25 et 26 mai 2019**.

Sous réserve d'inscription préalable, il sera possible de choisir d'y assister soit le samedi, soit le dimanche, soit les deux jours consécutifs (places d'hébergement limitées).

Le programme détaillé sera fourni après la clôture des inscriptions, en effet celui-ci sera susceptible d'évoluer selon le nombre de participants. Toutefois les créneaux seront :

- 8 h00 : Accueil, thé ou café à l'Ashram
- 9h00 : début du programme d'activité
- 12h00 : déjeuner végétarien à l'Ashram
- 14h00 : Reprise des activités
- 16h30 : Thé ou café
- 17h00 : Reprise des activités
- 19h30 : Fin du programme, possibilité de dîner après réservation sur place.

Participations :

Samedi ou dimanche seul : **30 €** (comprenant le repas du midi) à l'ordre de l'ESV Yoga

Repas du samedi soir ou dimanche soir (facultatif) : 12,5 € à l'ashram

Si week-end entier dans la limite des places disponibles par ordre d'arrivée : **110 €** (75 € à l'ashram (CB ou espèce) pas de chèque, + 35 € à l'ESV Yoga).

Informations :

Chaque jour, seront émaillés selon l'organisation :

- 2 cours de Yoga par un professeur de notre section (professeur différent)
- Marche méditative, méditation et ou sophrologie par des professeurs de notre section
- Activité de l'Ashram selon organisation : méditation, conférence, philosophie védantique, office avec chants...

Inscriptions :

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au **lundi 13 mai**, passée cette date, aucune inscription de sera prise en compte.

Contactez Philippe à l'adresse : barophi@hotmail.fr

En précisant samedi, dimanche ou week-end.