

Ashtanga Yoga et Yoga Nidrâ en Guadeloupe

avec Arnaud Kancel

7 > 11
juillet 2018

Habitation Bois de Rose, Bouillante,
Guadeloupe

Arjuna Shala • 6 rue Maguelone, 34000 Montpellier • 06 68 41 66 66 / 04 67 58 16 68 • info@arjuna-shala.com • www.arjuna-shala.com

Pratique posturale consciente et précise - Yoga nidrâ, relaxation profonde modifiant l'état intérieur - Etude des tantras, textes classiques dont seront issues les techniques de yoga nidrâ - Mantras (chant vibratoire).

Animé par Arnaud Kancel, pratiquant le yoga depuis plus de vingt ans, auteur des livres *Le monde spirituel* et *Les yoga sutras de Patanjali - Décryptés*.

Il est possible de suivre l'ensemble du stage, de participer sur deux jours ou plus ou d'assister à toute classe individuellement.

Le lieu, en pleine nature, est propice à un temps de retraite (maison végétarienne et sans eau chaude). Pratique, repas et hébergement sur place. Rivière attenante où se baigner.

Participation : 20€/classe, 180€ pour la totalité.

Chambres : 15€/personne (chambres de 2, 3 ou 7 lits).

Chambre individuelle : 30€.

Repas végétariens : Pension complète, 30€/jour. Midi ou soir, 15€/jour. Petit-déjeuner, 7€/jour.

Coordonnées pour inscription : 06 90 38 68 66 —
bkmerlot@gmail.com

Arrivée possible le vendredi 6 juillet au soir.

DU SAMEDI 7 JUILLET 9H AU MERCREDI 11 JUILLET 16H

Petit-déjeuner

9h à 12h : Ashtanga yoga, postures et respirations, accessible à tous niveaux

Déjeuner

Pause

16h à 19h (13h à 16h le mercredi) : Philosophie, postures et respirations, yoga nidrâ

Dîner

Mantras



Bulletin à imprimer et à retourner accompagné du chèque libellé à l'ordre de Lysagora.



ARJUNA SHALA

Twameva Yoga
5322 Tambour-Monplaisir
97170 Petit-Bourg, Guadeloupe
06 90 38 68 66
bkmerlot@gmail.com

Inscription au séminaire d'Ashtanga Yoga et Yoga Nidrâ en Guadeloupe du 6 au 11 juillet 2018

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

E-mail :

Téléphone(s) :

Signature