

# Ashtanga Yoga et Yoga Nidrâ en Guadeloupe

Stage avec Arnaud Kancel

27 > 31  
octobre 2018

Habitation Bois de Rose, Bouillante,  
Guadeloupe



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.

*Les tarifs s'entendent TTC.*

**Coordonnées pour inscription** : 06 90 38 68 66 —  
twameva.ashtanga@gmail.com

**Arrivée possible le vendredi 26 octobre au soir.**

**DU SAMEDI 27 OCTOBRE 9H AU MERCREDI 31 OCTOBRE 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  
twameva.ashtanga@gmail.com

## Inscription au séminaire d'Ashtanga Yoga et Yoga Nidrâ en Guadeloupe du 26 au 31 octobre 2018

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

E-mail : .....

Téléphone(s) : .....

Signature