

Séminaires à Villars-sur-Ollon, Leysin

Début des cours :

9h00 du matin, le lundi.

Fin des cours : le vendredi après-midi, vers 16h00.

Pause : l'après-midi du mercredi.

Horaire des cours (à confirmer sur place) :

- le matin, de 9h à 11h15 : Yoga taoïste (Kung-Fu, Ch'i Kong), Raja-Yoga, Pranayama
- l'après-midi, de 16h45 à 19h00, sauf le mercredi (pause) et le vendredi (cours de 14h00 à 16h00) : Yoga pharaonique, Raja-Yoga, Pranayama, Méditation.

Cours de pédagogie, anatomie appliquée (connaissance et prévention des pathologies articulaires), et étude des grands textes sacrés, pour les élèves-professeurs de l'École de Formation : de 11h15 à 12h15.

Conférences ouvertes à tous les participants : le mardi et le jeudi après-midi, de 15h45 à 16h30.

Montant du Cours

- Simple stagiaire : 425 CHF.

- Elève de l'École de Formation, auditeur libre ou professeur suivant les cours de formation et perfectionnement : 480 CHF.

Non-résidents : prévoir en plus une participation aux frais de location de la salle et aux repas de midi : 45 CHF/jour à Villars-sur-Ollon, 30 CHF/jour à Leysin. Option possible en nombre très limité à Villars.

Participation à la journée (sous réserve de places disponibles)

- 110 CHF /jour /personne (Elève-Professeur et tout participant aux cours de Formation : 120 CHF / jour)

- 70 CHF / le mercredi (Elève-et tout participant au cours de Formation : 80 CHF)

+ Participation aux frais de location de la salle et repas de midi : +45 CHF / jour à Villars-sur-Ollon, + 30 CHF / jour à Leysin.

Frais d'hébergement par personne

- Leysin, 4 nuits-5 jours en pension complète

Type de chambre	27 Avril-1 ^{er} Mai	19-23 Août
Chambre à 4 lits	250 CHF	270 CHF
Chambre à 3 lits	270 CHF	290 CHF
Chambre à 2 lits	310 CHF	330 CHF
Chambre single	470 CHF	510 CHF

- Villars, 4 nuits- 5 jours en pension complète et chambre double : 552 CHF/personne (supplément single : + 72 CHF). Demi-pension : 504 CHF en chambre double (supplément single : + 72 CHF).

A Leysin comme à Villars, il est possible d'arriver la veille moyennant le paiement d'un supplément.

Acompte à l'inscription :

Villars: virement de 100 CHF sur le compte de l'Eurotel.

Leysin : virement de 30 % des frais de pension.

Crêt-Bérard : virement de 100 CHF sur le compte de Human Integral Development.

Frais de désistement: Perte de l'acompte versé.

Inscription auprès de ::

Pour Leysin : 1) Réservation de la chambre auprès de

Alpine Classic Hôtel, e-mail : info@classic-hotel.ch

2) Inscription au cours auprès de : iiv@bluewin.ch

Pour Villars :

1) Réservation de la chambre auprès de Eurotel Victoria, CH-1884 Villars sur Ollon. Tél. +41(0)24.495.31.31 ; Fax :

+41(0)24.495.39.53. mail : villars@eurotel-victoria.ch

2) Inscription au cours auprès de : iiv@bluewin.ch

Bulletin d'inscription

Au(x) séminaire(s) de yoga dirigé(s) par Yogi Khane

NOM PRÉNOM

RUE N°

VILLE

CODE POSTALPAYS.....

TéléphoneFax

e-mail

Je m'inscris au(x) séminaire(s) de yoga de Yogi. KHANE à :

Leysin, 27 avril - 1^{er} mai 2019

Villars sur Ollon, 21-26 juillet 2019

Leysin, 19-23 août 2019

Pour la totalité du stage

Aux seules journées suivantes :

(Attention : choix des jours non modifiable après l'inscription)

En tant que :

Simple stagiaire

Élève de l'École de Formation ou Auditeur Libre.

Je souhaite loger sur place : NON OUI

en chambre individuelle

en chambre double, triple, quadruple avec

.....

J'arriverai le

Je partirai le :

Si vous n'indiquez pas avec qui vous voulez partager votre chambre, vous risquez d'être logé en chambre individuelle et d'avoir à payer le supplément single.

Date d'arrivée : Date de départ :

J'envoie l'acompte demandé. J'ai pris bonne note du montant des frais de désistement, et je l'accepte.

DATE SIGNATURE :

Yoga et Yogathérapie

Séminaires de Yogi KHANE

en Suisse



Yoga Pharaonique
Raja-Yoga Indien
Yoga taoïste chinois
Pranayama, Méditation

Macolin (Bienne) : 4 mai 2019

Leysin : 27 avril – 1^{er} mai 2019
et 19-23 août 2019

Crêt-Bérard (Puidoux) : 26-27 janvier 2019
5-9 août 2019
et 18-19 janvier 2020

Villars sur Ollon : 22-26 juillet 2019

Genève : 9 novembre 2019
Morges : 10 novembre 2019

Institut International de Yoga et Yogathérapie
Human Integral Development
iiv@bluewin.ch
www.iiv-yogikhane.ch

Programme :

**Yoga de l'Égypte pharaonique
Raja-Yoga indien**

**Yoga taoïste : Kung-Fu (Styles internes) et Ch'i
Kong**

Relaxation, Pranayama, Méditation

**Techniques exclusives de régénération, concentration,
relaxation. Lutte contre le stress et l'émotivité.**

**Prévention des lombalgies, rhumatismes
et problèmes articulaires (entorses, tendinites, etc).**

Yoga des yeux.

Chemins vers la méditation.

**Suite des conférences de Geneviève Khane sur la
mystique du souffle en Egypte et dans la Bible, à
Villars et Crêt-Bérard.**

**Recyclage et perfectionnement des professeurs et
formateurs de yoga.**

**Formation pédagogique conforme au Programme de
Base de l'Union Européenne de Yoga
et aux standards mondiaux
de l'International Yoga Federation.**

Lieu des grands séminaires :

Crêt-Bérard (Puidoux-Chexbres) : Centre de retraite et de recueillement facile d'accès, unanimement apprécié pour son calme et son environnement agréable et très reposant. Repas végétariens. Magnifique salle de yoga. Hébergement en chambres doubles ou individuelles.

Leysin : Alpine Classic Hôtel *S (Alpes Vaudoises)**
L'hôtel offre des chambres individuelles, doubles, triples et même quadruples à un prix très abordable. Situé à 1250 mètres d'altitude et à 100 mètres de la piscine, il bénéficie d'une très belle vue sur les Dents du Midi. Accès facile par la route ou par le train : correspondance à Aigle par le train Aigle-Leysin (gare du Feydey).

Villars : Eurotel Victoria ****, CH-1884 Villars-sur-Ollon (Alpes Vaudoises). Accueil convivial et chaleureux. Chambres spacieuses et très confortables, rénovées récemment. Magnifique salle de yoga. Service de qualité dans la tradition suisse. Cuisine soignée. Choix entre menus végétariens et non-végétariens, pension complète ou demi-pension. Nombreuses activités gratuites pour les résidents (remontées mécaniques, tennis, jeux pour enfants, balades accompagnées, bus, etc). Prix très intéressants pour la Suisse et la haute qualité des prestations offertes.

Le Yoga Pharaonique est une discipline dynamique et à la portée de tous qui rééduque l'appareil locomoteur, régénère l'organisme et aide à être plus concentré, dans les activités quotidiennes, professionnelles et sportives. C'est aussi une voie vers la méditation.

Le Kung-Fu (styles internes ou Nei Shia) est une forme chinoise de yoga sans rapport avec les arts martiaux. Le Kung-Fu rajeunit, développe le self-control, prévient les rhumatismes, masse et tonifie les organes internes, développe l'endurance, la stabilité intérieure, la capacité respiratoire et la musculature.

Le Ch'i Kong est une technique chinoise qui vise à prendre conscience de l'énergie vitale, le Ch'i, et à améliorer sa circulation, ce qui est bon pour la santé .

Le Raja-Yoga indien permet d'apprendre à se détendre profondément, à lutter contre le stress, le trac, l'insomnie, et l'émotivité. Il est une voie vers la méditation et la Réalisation.

Autres séminaires de Yogi Khane en Suisse

Macolin (Maggingen) : 4 mai 2019

Renseignements : iyy@bluewin.ch

Crêt-Bérard :

- 26-27 janvier 2019

- 5-9 août 2019

- 18-19 janvier 2020

Renseignements : Marie-Aurélien Tschanz, tél.

0786899877. E-mail : iyy-stageyoga-cb@bluewin.ch

- **Genève : 9 novembre 2019**

Renseignements : Heidy Gueugnon, Tel +41(0)22.782.36.03.

- **Morges : 10 novembre 2019**

Renseignements : Aline Rouffignat, Tel 076 573 22 24.

E-mail : yogaline@outlook.com -

**Séminaires en Allemagne (Lindau), et autres
séminaires en Europe :**

Renseignements : E-mail : iyy@bluewin.ch

Site web : www.iyy-yogikhane.ch

Institut International de Yoga et Yogathérapie, Rua da Degodinha 234, PT 4825-184 Santo Tirso (Portugal)

Principales publications de Yogi Khane

HATHA-YOGA

- INVITATION AU YOGA. (I.I.Y.)

YOGA PHARAONIQUE

- LE YOGA DES PHARAONS. Éd. Dervy, Paris

- LE YOGA DE LA VERTICALITÉ. (I.I.Y.)

- PHARAONISCHES YOGA. (I.I.Y.)

YOGA CHINOIS

- KUNG-FU. Pratique du yoga chinois. (I.I.Y.)

- CH'I KONG. 1. Le Petit Cycle Céleste. (I.I.Y.)

POÈMES

- LE YOGA DE LA PAROLE. (I.I.Y.)

- PRIÈRES ET POÈMES. (I.I.Y.)

- LE YOGA DE LA PRIÈRE. (I.I.Y.)

- YOGA DES WORTES

CD

- Méthode Pratique du Yoga (24 leçons)

- Relaxation, concentration (2 leçons)

- Méditation (2 leçons)

- Yoga Égyptien (4 leçons)

- Kung-Fu (4 leçons)

- Ch'i Kong (4 leçons)

Yogi mondialement renommé, **disciple de Paramahansa Yogananda, membre d'honneur du World-Wide Yoga Council**, fondateur de l'Institut International de Yoga et Yogathérapie, Docteur en ostéopathie et en chiropraxie, Maître KHANE a réalisé une synthèse entre le yoga égyptien, le raja-yoga de l'Inde et le yoga taoïste chinois. Par ses aspects dynamiques et thérapeutiques, son enseignement est très adapté à l'homme d'aujourd'hui et aux personnes actives. Il s'adresse aussi à toutes les personnes qui souhaitent rester en forme jusqu'à un âge avancé et à ceux qui cherchent un approfondissement de leur spiritualité, *sans rompre avec leur propre tradition.*

Yogi Khane a collaboré avec des clubs sportifs et de grands médecins pour développer les applications pratiques du yoga dans divers domaines. Il a été en particulier l'assistant du célèbre gérontologue et rhumatologue d'Aix-les-Bains Philippe Baumgartner. Il a collaboré aussi avec de nombreux psychiatres.

Yogi Khane est l'auteur de nombreux ouvrages traduits en plusieurs langues. Ses livres *Le Yoga des Pharaons* et *Le Yoga de la Verticalité* ont fait revivre les postures, gravées ou peintes, il y a plus de 3000 ans, dans les temples et tombeaux de l'Égypte pharaonique.

L'Institut International de Yoga et Yogathérapie, fondé par Yogi Khane, comporte des sections en Amérique, en Europe, en Afrique et en Asie. Il forme des professeurs, diffuse une revue, publie des livres, CD et prochainement DVD de yoga.