

Institut International de Yoga

Séminaire YOGA de Maître Yogi KHANE

Évian-les-Bains (Haute-Savoie)

du lundi 15 au vendredi 19 avril 2024

Thème : **Le yoga et L'Eveil**

PROGRAMME DU SEMINAIRE

Hatha Yoga , Yoga Égyptien , Raja Yoga , Kriya-yoga, Kung-fu

Chi Kong, Yoga des yeux, Pranayama, Méditation

Yoga thérapeutique

Soulageant toutes causes de douleurs (dorsales, articulaires, estomac, intestin, foie),
apportant Vitalité et Maîtrise de Soi

FORMATION AGREEE D'ENSEIGNANTS

par l' **International Yoga Federation (I.Y.F.)** et l'**European Yoga Alliance**

Pédagogie, Recyclage et Perfectionnement

Site de l'Institut: <http://www.iyy-yogikhane.ch/>

ÉVIAN est une ville thermale et touristique de réputation internationale,
en Haute-Savoie, au bord du lac Léman.

Le séminaire se déroule au **Centre Ethic Étapes**, lieu paisible et confortable,
situé à 1,3 km de la gare SNCF.

Vue panoramique sur le lac, la côte Suisse et les montagnes.

Proche du centre ville et de parcs offrant de belles possibilités de détente.

A moins de 10 mn : plage, piscine et embarcadère pour des croisières sur le lac Léman.

L'hébergement est en chambre à un ou deux lits, toutes avec toilette et douche.

Horaire des séances de yoga

La pratique du yoga commence **lundi à 9h** dans la salle "Léman" et se termine **vendredi à 16h**
Mercredi après -midi libre.

Apportez votre tapis de yoga, et un plaid ou couverture pour la relaxation

Horaire des cours de l'École de Formation

Pour les participants à l'École de formation: cours de 14h30 à 16h, lundi, mardi et jeudi, ainsi que
certains soirs de 20h30 à 21h30.

Textes étudiés : - **Sept Upanishads** (collection Points)

- **Upanishads du Yoga** (collection Connaissance de l'Orient, Gallimard), traduites,
présentées et annotées par Jean Varenne.

Hébergement

Les personnes logeant au Centre s'installent le dimanche 14 avril dans l'après-midi.

- chambre individuelle : 440 € / personne
- chambre partagée à 2 : 380 € / personne

Comprenant 5 jours en pension complète, du dimanche, repas du soir inclus, au vendredi, repas de midi inclus. Repas servis à table (entrée, plat chaud, fromage ou dessert).

Possibilité de nuit supplémentaire, avant ou après, à demander lors de l'inscription.
Chèques vacances acceptés.

Adresse : Centre Ethic Etapes, 531 av. de Neuvecelle, 74500 Évian-les-Bains, France

Prix du stage Yoga

- 345 € Stage yoga
 - 385 € Stage yoga et École de Formation de l'IYY
- + 50 € pour les personnes ne logeant pas au Centre (location de salle)

Acompte

Avec hébergement au Centre : 100 € - Sans hébergement : 50 €

En cas d'annulation après le 10 mars l'acompte ne sera pas remboursé.

Le solde des 2 paiements *Hébergement* et *Stage Yoga* se fera au début du stage.

Les paiements se font par chèque ou en espèces (pas de CB)

*** * * * Fiche d'inscription ci-dessous * * * ***

à envoyer à : Jean-Claude PERREARD, 277 ch. des bois – 74140 Sciez France
jean-claude.perreard@orange.fr

.....

**Je m'inscris au stage de Yoga animé par Maître Yogi KHANE à Évian,
du lundi 15 au vendredi 19 avril 2024 :** *cochez la rubrique désirée*

- aux séances de yoga : **345 €**
- aux séances de yoga et à l'École de Formation : **385 €**
- accompagnant (hébergement seul, sans participation au stage)

Nom : **Prénom :**

Adresse :

Mail : **Tel :**

Je joins l'acompte correspondant à mon choix d'hébergement : cochez les rubriques désirées.

Si vous n'avez pas de chéquier, possibilité par virement ; me le signaler en vous inscrivant.

- Sans hébergement : **acompte de 50€** chèque à l'ordre : **Ethic Etapes**
- Avec hébergement dès le dimanche : **acompte de 100€** chèque à l'ordre : **Ethic Etapes**
 - chambre individuelle
 - chambre partagée avec

Je désire un **reçu** ... en mon nom / au nom de l'association

Je désire le ménage quotidien de ma chambre (supplément de **35€**)

Co-voiture : je viendrai en voiture depuis et accepte de partager le trajet