



« L'enseignement du Yoga
Traditionnel »

F.F.H.Y-SOA

Martine ROUBINET

25 rue du pic du midi

31150 GRATENTOUR

Tél. : 05 62 79 56 67 – 06 76 92 91 98

Le site de l'école www.yoga-sudouest.org

16 Février 2019



Les inscriptions aux week-ends de formation doivent se faire par courriel :

m.e.salor@orange.fr

Dernier délai : 10 jours avant la date du séminaire

Les 1^{ère} – 2^e et 3^e année sont inscrits d'office.

CONVOCATION

5^e SESSION - 16-17 Mars 2019

Toute l'équipe FFHY SOA est heureuse de vous retrouver et de vous accueillir, pour cette 5^e session de formation 2018 – 2019 en compagnie de SW. UMANANDA et de Peter BENOIT.



Ci-dessous le programme principal de notre week end.

- Accueil
- Pratique « Asana »
- Le discernement « Viveka » en 2 conférences SW. UMANANDA
- Le sacré – le symbolisme Peter BENOIT
- Pratique posturale (mise en situation)
- Fiche de posture « Natanada et Tandava Asana » (Aline Chauchard)
- Application pratique en petits groupes



Prévoir : Deuxième versement de la scolarité : 260€ à l'ordre de FFHY

Les tarifs à retenir : (l'hébergement est à rajouter à l'enseignement)

✚ Prix de l'hébergement (nuitée +pension complète)	63€
Chèque à l'ordre de : « La base nautique –Temple sur Lot »	
✚ Prix de L'enseignement :	
▪ Professeurs diplômés FFHY	62€
▪ Auditeurs libres	72€
Chèque à l'ordre de : « FFHY-SOA »	

Les conditions d'inscription :

Les prépa-mémoire, auditeurs libres et professeurs diplômés, devront :

- S'inscrire par mail (jusqu'à **10 jours avant la date du séminaire**) à Eliane SALOR : m.e.salor@orange.fr
- et envoyer les règlements par chèques (dans le même délai) à Mme SALOR Eliane – Pied Haut Nord – 47140 PENNE D'AGENAIS.
06.89.01.58.70
Eliane SALOR directrice adjointe et chargée de la gestion de l'hébergement **vous confirmera votre inscription par mail** (après réception des règlements).

🕒 **Accueil :** l'arrivée sur le complexe se fera à partir de 13h15 « centre de la Base Nautique à Temple sur Lot (47). » Grand Gymnase !

Début du séminaire 14h00.

Pensez à vous munir de votre carte d'adhérent annuelle FFHY

- Pour ceux qui sont déjà adhérents

Annulation :

✓ Les désistements sont pris en compte jusqu'à **8 JOURS** avant la date. **Au-delà de ce délai, les frais d'hébergement resteront à régler.**

✓ **Nous vous remercions de bien vouloir préparer vos chèques à l'avance, afin de gagner du temps à l'accueil.**

Il est nécessaire de prévoir : **tapis de yoga, réveil, serviette de toilette, lampe de poche et gobelet personnel à votre nom.**

Les pauses sont également des instants importants de convivialité, de partage, d'échange et de découverte. Selon la coutume, vous êtes invité(e)s à **apporter un gâteau confectionné « maison ».**



Nous nous quitterons le Dimanche vers 17H00.

LIEUX DES SEMINAIRES

Centre Omnisports - Base nautique de plein air

47110 - Le Temple sur Lot

www.la-base.com - contact@la-base.com



Avion :

- Agen à 35 km
- Bordeaux à 130 km. Durée 1h15.
- Toulouse à 170 km. Durée 1h40

Train :

- Gare d'Agen à 35 km. 3 TGV direct Paris-Agen par jour.
- Paris/Agen: 4 heures
- Marseille/Agen : 4 heures 30
- 1 TGV direct Lille/Agen
- Gare de Tonneins à 17 km : Train régional et corail.

Autoroute - Toulouse le Temple : 170 km, A61, puis A62/E72 Sortie n°6 Aiguillon/Damazan
Puis prendre direction Villeneuve sur Lot, CD911 (25Km)

- Bordeaux le Temple : 130 km, A63 puis A62/A72 Sortie n°6 Aiguillon/Damazan
Puis prendre direction Villeneuve sur Lot, CD911 (25Km)