



« L'enseignement du Yoga Traditionnel »

FFHY-SOA / Martine ROUBINET

25 rue du pic du midi

31150 GRATENTOUR

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

Site de l'école : www.yoga-sudouest.org

Conditions d'inscription et annulation :

Par mail en réponse aux convocations,

dernier délais, 10 jours avant

la date du séminaire

- Les 1^{ère}- 2^e et 3^e année sont inscrits d'office.
- les prépa mémoire et auditeurs libres **doivent s'inscrire.**

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.**

CONVOCAION

2^e SESSION

17/18 octobre 2020

Toute l'équipe FFHY SOA est heureuse de vous retrouver pour cette 2^e session de formation 2020-2021 avec **Alyette DEGRACE**, sanskritiste et philosophe indianiste.

Trame du programme et thème principal de notre week end.

LA BHAGAVAD GITA

- ✓ Accueil et Yogasana
- ✓ La Gita : Doute et Dharma par Alyette DEGRACES (2 conf.)
- ✓ Anat Physio : l'ancrage et la constitution d'une séance
- ✓ Anat Physio : plexus, et bandha dans la pratique du yoga et du pranayama
- ✓ Fiche de posture : (padangustha mukha sparsha asana et pada hasta dipashtamba asana)
- ✓ Mise en situation conduite pratique posturale : (Sandrine D, Tatiana D, Patricia D)

Paiements et Conditions d'inscription :

Règlements pour Les personnes en formation :

- ✚ les 1^{ère}, 2^e et 3^e année devront régler l'hébergement, sur place.
- ✚ Et prévoir le **1^{er} versement de la scolarité 361€**
- ✚ Les 4^e année devront prévoir le **1^{er} versement de 195€**
- ✚ Les personnes qui règlent par virement devront prendre contact avec Eliane et Marc SALOR (*mail ci-dessous*)
- ✚ Rappel : paiement de la **cotisation FFHY** «élève-professeur» de **117€** (*pour ceux qui ne l'auraient pas encore fait*) !

✚ **Les prépa-mémoire, auditeurs libres et professeurs**, devront s'inscrire et envoyer les règlements avant la date, selon les conditions suivantes :

- S'inscrire par mail (jusqu'à **10 jours avant la date du séminaire**) auprès de Mme Eliane SALOR (directrice adjointe) : la.elvog47@gmail.com **et**
- Envoyer par courrier les règlements par chèques séparés : Hébergement et enseignement, selon tarifs ci-dessous (**dans le même délai, réception 10 jours avant la date du séminaire**) à Mme SALOR Eliane – Pied Haut Nord – 47140 PENNE D'AGENAIS.

Note : Chaque participant, auditeur libre se doit d'être adhérent à la FFHY (cotisation annuelle – 33€)

Les tarifs à retenir : (hébergement et enseignement)

✚ **Prix de l'hébergement** (nuitée +pension complète) **64€**
Chèque à l'ordre de : « La base nautique –Temple sur Lot »

✚ **Prix de L'enseignement :**
▪ Professeurs diplômés FFHY **65€**
▪ Auditeurs libres **75€**

Chèque à l'ordre de : « FFHY-SOA »

🕒Accueil :

- l'arrivée sur le complexe se fera exceptionnellement à partir de **13h00 « Salle des fêtes»**
- En face du Grand Gymnase (de l'autre côté de la nationale) à droite en venant d'Aiguillon!
- Installation en chambre et
- Début du séminaire 14h00.

Pour ceux qui sont déjà adhérents, pensez à vous munir de votre carte FFHY

Paiement :

Pour les règlements sur place, nous vous remercions de bien vouloir préparer vos chèques à l'avance, afin de gagner du temps à l'accueil.

Prévoir :

Tapis de yoga, réveil, serviette et trousse de toilette, savon, **lampe de poche** et gobelet personnel à votre nom.
Nécessité de rajouter les masques et le gel hydroalcoolique.

Pauses :

Malheureusement :

Selon les dispositions sanitaires imposées, nous sommes dans l'immédiat, obligés de suspendre la zone de convivialité et de partage des gâteaux. Le café et le thé seront à disposition, mais la consommation devra se faire en respectant les distances entre chacun.
Nous espérons pouvoir reprendre notre coutume rapidement.

