



« 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.**

CONVOCATION

1^{ère} SESSION « Exceptionnelle »

12/13 septembre 2020

Toute l'équipe FFHY SOA est heureuse de vous retrouver pour cette 1^{ère} session de formation 2020-2021 et son caractère exceptionnel. En effet cette année **les mémoires seront soutenus dans l'antenne de formation.** Nous allons intégrer cette soutenance à notre programme et lui réserver l'importance qu'il se doit.

Les conditions d'accueil, en fonction des directives sanitaires, sont exposées dans la lettre qui accompagne cette convocation.

Trame du programme et thème principal de notre week end.

LES ORIGINES DU YOGA

- ✓ Accueil et Yogasana
- ✓ Présentation de la formation (la Fédération-les antennes)
- ✓ Textes fondateurs – YOGA SUTRA et origines
- ✓ les bases de l'enseignement (Les principes techniques)
- ✓ **Passage des candidats pour la présentation du mémoire**
- ✓ « Ancrage » dans les postures
- ✓ Fiche de posture : la salutation au soleil/anatomie ostéo articulaire

Conditions d'inscription :

✚ **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.elyog47@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.

Les personnes en formation :

- ✚ les 1^{ère}, 2^e et 3^e année devront régler l'hébergement, sur place.
- ✚ Prévoir le paiement de la cotisation FFHY « élève-professeur » de 117€ (*pour des mesures sanitaires, se munir de son propre stylo*) !

Les conditions de paiement de la formation seront exposées lors de ce Premier séminaire.

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 à partir de 13h15 « centre de la Base Nautique à Temple sur Lot (47). » Grand Gymnase !
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.



*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)