



STAGE DE YOGA IYENGAR A DEOLEN LE 11/12 MARS 2017



LES ENSEIGNANTES

Cristina et Flore enseigneront en alternance.

CRISTINA DE LORENZO

pratique le yoga depuis une vingtaine d'années.

Elle a suivi sa formation initiale au Centre de Yoga Iyengar de Paris.

Sa pratique est depuis orientée philosophiquement vers le Shivaïsme non-dualiste du Cachemire qu'elle a rencontrée par l'intermédiaire de Christian Pisano. Les postures de yoga sont un prétexte pour retrouver et se reconnecter à notre nature profonde, non-conditionnée.

FLORE LELACHE

Depuis plus de 20 ans, elle suit des cours au centre de Yoga Iyengar de Paris. Elle enseigne le Yoga Iyengar à Versailles (78). Elle pratique la méditation Siddha Yoga. Elle envisage la vie comme une succession d'étapes initiatiques. Avec son énergie et son enthousiasme, elle s'engage aux côtés des autres pour les accompagner dans leurs périodes de transition.



VAIRAGYA : LE LÂCHER-PRISE



« La date de ce stage a été choisie en fonction de la lune. Il existe des énergies spirituelles extraordinaires pendant la période de cinq jours autour de la pleine lune. Quand la lune est pleine, l'influence du Soleil, de l'ego, est minimal. Elle propose des énergies spécifiques qui sont utiles à l'âme. Les temps de Pleine Lune forment des pics de grande énergie. Ce stage s'adresse à des pratiquants qui ont déjà une approche formelle des postures. Il s'agira de préparer l'espace du cœur à recevoir toute l'énergie que la lune nous envoie. Par des pratiques posturales simples, nous ferons l'expérience du lâcher-prise et de la confiance, afin d'accueillir pleinement la puissante énergie que nous offre la lune. Cette pratique corporelle et spirituelle nous permettra de changer nos habitudes et d'accueillir pleinement aussi tout ce que la vie a à nous offrir. »

Flore et Cristina

LE STAGE

VOTRE INSCRIPTION:

Horaires:

Samedi 10H00-12H30 / 15H30-18H00

Pour ceux qui le désirent « danses de pleine lune » habillés en blanc le samedi soir

Dimanche 10H00-12H30 / 14H30-17H00

Tarifs:

1 JOUR: 75€

WEEKEND: 140€

Réservation, arrhes: 75€

Possibilité de loger sur place 25€/nuit

La salle de pratique:

Le stage a lieu dans le Finistère, à Locmaria Plouzané. **Déolen** est un site magnifique en pleine campagne Bretonne, la salle de pratique est vue mer. Elle est équipée pour la pratique du Yoga Iyengar (cordes, traversins...). Pas besoin de voyager avec le pack



Renseignements, réservation:

Charlotte: 06 62 27 33 32

charlottechevallier@yahoo.fr

<http://www.charlotte-yoga-bretagne.com/>