



Bulletin d'INSCRIPTION (A renvoyer)

Prénom :

NOM :

Adresse :

.....

Code postal :

Ville :

Email :

@

Téléphone :

Enseignant : Oui Non

Age : Femme : Homme :

Nombre d'années de pratique du yoga Iyengar :

.....

Nom de votre enseignant :

.....

En plus du tapis, sangles, couvertures, briques et bandage, je peux apporter :

..... traversin(s), chaise(s)

Observations :



PROGRAMME

**Stage réservé aux enseignants
et aux pratiquants avancés** (autonomie dans la
pratique ; Sirsasana et variantes dans l'espace ;
Urdhva Dhanurasana)

Vendredi 5 février 2016

17h30-20h30

Samedi 6 février 2016

10 h - 13 h & 16h-18h30

Dimanche 7 février 2016

9 h - 12 h & 14 h-16 h30



Se rendre à Clisson (à 30 Km au Sud de Nantes) :

- * Aéroport de Nantes-Atlantique à 25 Km.
Navette pour Nantes gare SNCF
- * Depuis Gare SNCF Nantes, 20 minutes par TER
ou tram-train.
- * N249, 4 voies Nantes-Clisson, 30 minutes
- * Autoroutes Paris-Cholet, Bordeaux-Nantes...
- * Taxis de la Vallée, Clisson 02 40 54 31 92



Stage de Yoga Iyengar

Christian PISANO
5, 6 et 7 février 2016
à Clisson



« Qu'on médite sur son propre soi en forme de firmament illimité en tous sens. Dès que la Conscience se trouve privée de tout support, alors l'énergie manifeste sa véritable essence ».
Vijnana Bhairava.

Contact

Cristina DE LORENZO-CITRON
cristina.delorenzocitron@dbmail.com



BULLETIN D'INSCRIPTION

Week-end du 5, 6 et 6 février 2016

On ne peut s'inscrire que pour l'intégralité du stage
(45 places, réservées en fonction de la date de réception des inscriptions)

A. Tarif enseignement: 200€

Arrhes 100€ à l'ordre de **Christian PISANO**
Solde à régler à l'arrivée.

En cas de désistement après le 17 décembre 2015,
l'acompte sera conservé

B. Hébergement :

Gîte Ternélia (à réserver au moment de l'inscription : chèque à l'ordre de **Ternélia**)

2 nuits (vendredi et samedi)70€

1 nuit (samedi)..... 35€

Je souhaite partager ma chambre avec :

1.....

2.....

3.....

C. Deux collations : 20€

à régler en espèces à l'arrivée

Je désire un reçu : oui non

Courrier à adresser à

Cristina DE LORENZO-CITRON

Atelier de Yoga Iyengar de Clisson

32, rue de la Vallée- 44190 CLISSON

cristina.delorenzocitron@dbmail.com

RENCONTRES d'approfondissement pour enseignants & pratiquants avancés

Le quotidien n'est qu'une suite de rituels où nous mettons en scène nos contractions, limitations ou expansions pour pouvoir goûter à notre propre nature, que cet acte soit conscient ou pas. Il est dit que Shiva accomplit perpétuellement cinq actes (pancakrityavidhih) qui sont les réflexions (abhaya) de sa plénitude (purna) et de sa totale liberté (svatantrya).

La réalité est saturée de l'effluence de Shiva qui réalise sa propre plénitude dans chaque perception. Ces cinq actes s'épanouissent spontanément et ne sont qu'un seul et même geste (mudra). La réalité telle qu'elle s'offre à nous devient ainsi l'instant propice et privilégié de la reconnaissance (pratyabhijna) du merveilleux et effroyable jeu (vilasa) de la Conscience. Cette reconnaissance peut être encouragée ou tout du moins stimulée par certains rituels qui vont créer des caisses de résonance où l'on imite l'activité sacrée de la Conscience. Un des premiers rituels est la lecture du corps en tant que texte (tantra). Cette lecture est très importante et permet la compréhension de la forme (rupa) en tant que sensation (sparsha), son (nada) ou vibration (spanda) qui n'est que l'expression du germe (bindu) de la Conscience indifférenciée. Le corps en tant que tantra devient le lieu d'évocation des trois déesses ou Shakti de Shiva : la pure subjectivité (Para), la cognitivité (Parapara) et l'objectivité (Apara). Fondamentalement, la pratique est l'instant privilégié où je m'initie à ma propre spatialité. Cette initiation se fait par la compréhension de plus en plus intime du mouvement de la volonté (icchashakti) qui se connaît elle-même (jnanashakti) dans l'action (kriyashakti).

Ces rencontres s'adressent aux enseignants et aux pratiquants avancés de Yoga Iyengar qui veulent explorer le yoga d'une manière traditionnelle. Par tradition, nous entendons le courant sous-jacent d'intuition lumineuse (pratibha), l'élan vital (udhyamo bhairava) qui insuffle à cet art sa beauté toujours renouvelée.

Pratiques d'enracinement (mulakriya) et de fluidité (pravahakriya).

Christian Pisano pratique le Yoga Iyengar depuis plus de 30 ans. Il est une des trois personnes au monde à avoir reçu de Shri BKS Iyengar un certificat senior avancé. Il a séjourné plusieurs années en Inde pour étudier avec son maître. Il est l'auteur du livre : "La contemplation du Héros. Le yoga dans la lumière des enseignements de BKS Iyengar et du shivaïsme non-duel du Cachemire".

Lieu de pratique :

Le **Centre Ternélia Village Vacances Henri IV**, rue St. Gilles, se trouve à 600m du centre ville et de la gare SNCF, dans un parc dominant la Sèvre.

Hébergement :

• Sur place, gîtes Ternélia 4 personnes, 35 € par personne par nuit. Apporter draps, taies et linge de toilette

• A 600m, **Hôtel de la Gare**: à partir de 47€ chambre double 02 40 36 16 55, petit.sa@wanadoo.fr

Best Western Villa St. Antoine: à partir de 75€ par personne, 02 40 85 46 46

Gîte Alti-verté (recommandé): domaine en bordure de la Sèvre Nantaise; 36€ par personne; <http://altiverde.puzl.com> 06 84 10 32 93

Collation bio, sur inscription, le samedi midi et le dimanche midi: soupe, galettes riz/céréales, fruits frais et fruits secs, yaourt soja, biscuits, tisanes/thé.

Matériel : apportez et identifiez clairement votre matériel: tapis, sangles, couvertures, briques, bandage