

Yoga en Lozère avec Odile Wehrli

du 9 au 13 Juillet 2012



Au Château « Les Salelles »

48500 Banassac - La Canourgue

Tél: 04 66 32 44 44 - 06.07.24.88.62

récemment rénové, en pleine nature,
proche des Gorges du Tarn,
des Causses avec ses moutons et l'Aven Armand,
ainsi que de l'Aubrac avec ses vaches.

Comment trouver «Au Château Les Salelles»

Autoroute A75 – Sortie 40 – Direction StLaurent d'Olt D988

[Lien Google Maps](#)

L'esprit du stage

Le thème est basé sur la recherche de l'harmonie en soi entre dynamique, souffle et détente au travers de la pratique de postures de yoga.

Dans un environnement exceptionnel, nous prendrons le chemin de la réalisation de soi dans la conscience.

Programme

Dimanche 8 juillet		L'accueil se fera le dimanche 8 Juillet, à partir de 18h. Le stage se terminera après le repas du vendredi. Outre les 23h de cours de yoga, il y aura possibilité de s'initier au nettoyage du nez et des oreilles, 15€ pour un nêti et de 5€ pour la paire de bougies hopi.
19h30	Dîner	
Lun 9, Mar 10, Mer 11, Jeu 12		
8h	Petit déjeuner	
9h30-12h30	Atelier de Yoga	
13h	Déjeuner	
17h-19h	Atelier de Yoga	
19h30	Dîner	
Vendredi 13 juillet		
8h	Petit déjeuner	
9h30-12h30	Atelier de Yoga	
13h	Déjeuner	

Matériel à apporter

Tapis antidérapant, ceintures.
Si vous n'avez pas ce matériel, veuillez me contacter.

Matériel à disposition

Couvertures, Coussins et Blocs.

Tarifs

Cours de yoga et location de salle
275€



Inscription au stage

Par **E-mail**

wehrlis@wanadoo.fr

Par **téléphone**

+33 (0)450 411 995



Votre inscription est retenue après paiement de 200€ d'acompte. (L'acompte n'est pas remboursable si l'annulation est faite après le 30 juin 2012). Le montant restant est à payer à votre arrivée sur le lieu du stage.

Le nombre de participants est limité à 15 personnes !

Logement et restauration

Par chambres de 2 à 6 lits.

Draps, couvertures et serviettes de bain sont fournis.

Repas végétariens.

Réservation

Veuillez contacter directement le château de Salelles

<http://terredinstants.com/fr/hebergements.php>

