

Du 15 au 21 juillet 2024
Lieu unique aux odeurs de Provence!



RETRAITE YOGA & MEDITATION

La Villa des Baumes



LA PRESTATION

- 6 nuits en gîte (draps et serviettes compris), pension complète (cuisine végétarienne) par un chef d'origine brésilienne et collations
- 25 h de pratique et de théorie : Yoga, méditation et randonnée
- Ateliers artistiques
- Soins shirodhara avec Aurélie (75 euros en suppl. sur place - tarif spécial stage)

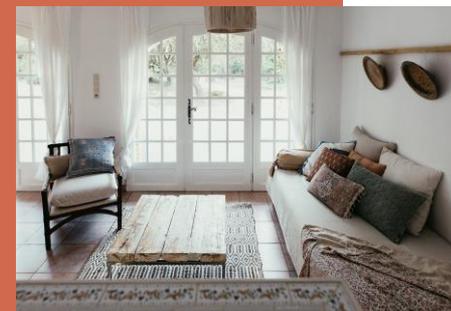
LE LIEU

Situé en Provence au cœur d'une pinède de 8ha, un lieu luxueux et apaisant aux chambres climatisées, vous attend pour vous ressourcer.

TRANSPORT

Train à partir de Marne la Vallée jusqu'à Aix en Provence.

Possibilité de partager un taxi ou de location de véhicule depuis la gare.



EXEMPLE DE JOURNÉE

8h-11h00	Pratique: asanas (postures), méditation, Pranayamas
11h00	Brunch
Jusqu'à 17h00	Temps libre / Possibilité de soin shirodhara, rando
17h00-18h30	Pratique: nidra, pranayamas, méditation
19h00	Dîner

HORAIRES

à respecter pour le bon fonctionnement:

Arrivée entre 16h et 18h au plus tard le lundi

Départ du lieu à partir de 11h le dimanche

Nous contacter si impossibilité d'arriver à cet horaire.

INSCRIPTION

Renvoyer formulaire et acompte de 200€ à **AuriayogA** au moment de la réservation.

La totalité du paiement du stage est à effectuer AVANT le 1^{er} Juin 2024.

Payer la totalité de l'hébergement incluant la pension complète auprès de notre hôte Sophie AVANT le 1^{er} juin 2024,

Minimum 10 personnes – Maximum 12

MATÉRIEL

Vous devez impérativement apporter votre propre matériel afin de participer aux stages c'est-à-dire :

- 1 tapis
- 2 briques en liège
- 1 sangle
- 2 couvertures de yoga en coton ou 1 bolster



TARIFS

HEBERGEMENT
pour 6 nuits incluant la pension complète :
720€

STAGE DE YOGA
450€

Pour tout renseignement
supplémentaire, contactez:
admin@auriyoga.com



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

RETRAITE JUILLET 2024 – PROVENCE

INFORMATIONS PERSONNELLES

Nom/Prénom: _____
Téléphone : _____
Email : _____
Date de naissance : _____
Profession : _____
En cas d'urgence, contacter : _____

RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX

Êtes-vous enceinte? _____

Prenez-vous des médicaments? _____ Si oui, lesquels? _____

Suivez-vous un régime alimentaire particulier? _____

Êtes-vous enclin : aux troubles du sommeil? Aux angoisses? Au stress? À une fatigue générale? _____

Maladies/handicaps/problèmes de santé particuliers : _____

Blessures sérieuses antérieures : _____

Expérience en yoga? _____

❑ A ce formulaire d'inscription, je joins mon acompte de 200€ (chèque ou espèces) non remboursable et je procéderai au paiement de la totalité du stage avant le 1^{er} juin 2024

DÉGAGEMENT DE RESPONSABILITÉ:

Vos professeurs sont certifiés par la Fédération Francophone et Internationale de Yoga, et qualifiés pour vous guider dans votre pratique. Cependant, comme toute activité physique, certaines postures de yoga sont contre-indiquées pour diverses conditions physiques. Également le yoga comporte des risques de blessures si les indications données par le professeur ne sont pas respectées. En conséquence, la responsabilité de prendre une posture ou non, de la garder ou d'en sortir, vous incombe. En signant ce document, vous affirmez avoir lu et compris que vous demeurez entièrement responsable de votre pratique de yoga.

Je soussigné(e) _____

Déclare, par la présente, que :

- Mon état, physique et mental, me permet d'entreprendre le cours de yoga.
- Durant ma participation dans le cours de yoga, j'assume la pleine responsabilité pour ma santé et mon bien-être en respectant mes limites.
- En cas de doute, je demanderai l'avis de mon médecin pour m'assurer qu'il n'existe aucune contre-indication à ma pratique du yoga.
- J'exonère totalement mon professeur de toute responsabilité légale pour les problèmes de quelque nature que ce soit, qui pourraient survenir durant et après le cours.

Signature _____

Date _____

En complétant attentivement ce formulaire d'inscription, vous nous aidez à mieux vous servir.

Nous vous souhaitons une chaleureuse bienvenue et un beau voyage!

Namasté.