



YOGA IYENGAR 91



GARTH MCLEAN

23-24-25 juin 2017

A propos de Garth

Quand Garth est diagnostiqué avec une sclérose en plaques cyclique en 1996 son médecin lui recommande le yoga. Depuis ce jour, il s'est engagé dans une pratique de yoga Iyengar quotidienne qui lui a permise de limiter certains symptômes et de maintenir son affection en rémission.

Aujourd'hui, enseignant "Senior Intermediate 3" et évaluateur de la méthode Iyengar, il voyage partout dans le monde, partager sa connaissance et son enthousiasme pour les vertus de la pratique du yoga.

A propos du stage

L'objectif de Garth est d'amener équilibre et force aux systèmes nerveux et immunitaire. "La beauté du yoga Iyengar, dit-il, est qu'il peut être adapté pour permettre à n'importe qui d'en recevoir les bénéfices, indépendamment des défis auxquels chacun fait face".

Emploi du temps

Vendredi 23 juin 2017	Samedi 24 juin 2017	Dimanche 25 juin 2017
15h accueil ouvert	10h-13h Approfondissement: Asana	10h-13h Approfondissement : Vinyasa
15h30-17h30 Yoga pour tous : Construire force et stabilité /Récupérer le système nerveux	13h déjeuner	13h déjeuner
18h30-20h30 Yoga pour tous : Construire force et stabilité / Récupérer le système nerveux	14h30-17h Approfondissement: Inversions, postures de récupération et Pranayama	14h30-17h Approfondissement: Inversions, postures de récupération et Pranayama

Informations pratiques

Qui peut venir ?

Vendredi 23 juin : « Yoga pour tous »

- pour ceux qui souhaitent essayer le yoga Iyengar - même pour la première fois;
- pour les élèves qui souhaitent en apprendre plus sur le système nerveux;
- pour les élèves qui ont des problèmes neurologiques et leurs enseignants qui souhaitent apprendre à y apporter des remèdes dans le cours du yoga.

Samedi 24 et dimanche 25 juin : « Approfondissement »

- pour les élèves qui pratiquent depuis plus de 6 mois et sont familiers de la posture inversée sur les épaules
- pour les élèves souffrant d'une affection neurologique capables de se tenir debout et de marcher sans assistance

Tarifs :

La séance à l'unité = 60€

Une journée complète (2 séances le même jour) = 110€

Le stage complète (6 séances) = 250€

Langue : Garth enseignera en anglais mais une traduction française sera assurée en cas de besoin.

Assistance : Notre espace limite le nombre de participants à 26. Il vous faut donc réserver votre place en payant des arrhes de la moitié du prix total.

Comment réservez votre place :

Faites-nous parvenir :

- le formulaire d'inscription dûment complété
 - un chèque d'arrhes du montant de la moitié du prix total, à l'ordre de DSYI (Diffusion Science Yoga Iyengar)
 - une enveloppe timbrée et pré-adressée à vous-même
- à l'adresse suivante : Yoga Iyengar 91 / 91, rue du Faubourg Saint-Martin / 75010

Envoyez votre inscription au plus vite car elles sont traitées dans l'ordre de réception. Si le stage est complet, nous vous renverrons votre chèque dans l'enveloppe timbrée prévue à cet effet. Nous vous informerons du statut de votre inscription par courriel le 25 mai.

Désistement : Si vous annulez avant le 23 mai, votre chèque d'arrhes vous sera retourné. Au-delà de cette date, vous ne serez pas remboursés.

Pour plus d'informaéion: dameliotoni@gmail.com

Le jour de votre séance

Accueil : l'accueil ouvre une demi-heure avant la séance. Venez un peu plus tôt pour pouvoir régler le solde de votre stage.

Adresse : 91, rue du Faubourg Saint-Martin 75010 PARIS.

Accès : porte cochère : 2416 ; nous sommes au fond à droite

Matériel : tout le matériel est fourni.

Restauration : une collation végétarienne et bio vous sera servie le samedi et dimanche.

Registration Form

Please paste your photo

Nom _____ Prénom _____

Email _____ Téléphone portable _____

Je suis l'élève de _____ Etes-vous professeur de yoga ? _____

Utilisez cette espace pour nous signaler un cas de santé particulier _____

Vous avez besoin d'un reçu ? _____ Précisez à quel ordre _____

Cochez les séances qui vous intéressent, puis additionnez pour trouver le montant de vos arrhes :

- | | | | |
|--------------------------|---|-------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | <u>Yoga pour tous : Asana</u> | vendredi 23 juin | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Yoga pour tous : Récupération</u> | vendredi 23 juin | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Approfondissement: Asana</u> | samedi 24 juin | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Approfondissement: Récupération</u> | samedi 24 June | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Approfondissement: Vinyasa</u> | dimanche 25 June | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Approfondissement: Récupération</u> | dimanche 25 June | 30€ |
| <input type="checkbox"/> | Vendredi 23 (les deux séances) | | 55€ |
| <input type="checkbox"/> | Samedi 24 (les deux séances) | | 55€ |
| <input type="checkbox"/> | Dimanche 25(les deux séances) | | 55€ |
| <input type="checkbox"/> | <u>Le stage complet (les 3 jours)</u> | | 125€ |

Montant de votre chèque d'arrhes = _____