

# **STAGE ETE SUR LE YOGA ET L'AYURVEDA**



**PARINAMA : La Transformation avec  
Les 9 Rasas (ou émotions) de la  
tradition indienne.  
( ouvert à tous )**

**Comprendre mieux ces émotions qui gouvernent nos vies, leur cheminement, leurs origines, comment les apprivoiser et s'en détacher.**

**Comprendre les formations mentales qui nous sont propres et comment le yoga et l'ayurvêda peuvent répondre et apporter des solutions pour changer nos modes de fonctionnement.**

**Le mercredi 15 juillet 2020 le Calme**

**Le jeudi 16 juillet 2020 :**

**La Tristesse (ou le Dégoût) et la Joie  
(ou l'Enthousiasme)**

**Le vendredi 17 juillet 2020 :**

**Le Courage et la Peur**

**Le samedi 18 juillet 2020 :**

**L'Amour et la Colère**

**de 9h à 12h30 et de 14h à 17h chaque jour**

**90 € par jour ou 320 € les 4 jours**

**Limité à 9 participants**

**A chaque stage vous sera proposé, une présentation, une pratique de yoga, un atelier, un partage et vous pourrez me poser vos questions et apporter vos témoignages.**

**Contact :** Catherine Douat 06 85 33 87 83 ou [angerscoursdeyoga@outlook.com](mailto:angerscoursdeyoga@outlook.com)

Pour s'inscrire remplir et signer le bulletin ci-dessous puis le déposer avec le chèque de réservation de 40 € par Stage à l'ordre de Catherine Douat. Pour les non-adhérents une adhésion de 10 € est à payer à l'ordre de Angers Cours de Yoga

En cas d'annulation moins d'une semaine avant le stage le chèque d'acompte sera encaissé.

Bulletin et chèque à envoyer à Catherine Douat Angers Cours de Yoga 2 square La Fayette 49000 Angers

.....  
Bulletin d'inscription :

Prénom : ..... NOM : .....

Adresse:.....

Téléphone :.....Adresse mail:.....

Pratique du Yoga combien d'année avec quel professeur.....  
.....

Cocher les STAGES ETE YOGA ET AYURVEDA choisis.

Je m'inscris au(x) stage(s) :

Le mercredi 15 juillet 2020: Le Calme

Le jeudi 16 juillet 2020 : La Tristesse et La Joie

Le vendredi 17 juillet 2020 : Le Courage et la Peur

Le samedi 18 juillet 2020 : L'Amour et la Colère

Pour les non-adhérents :

J'adhère à l'association Angers Cours de Yoga

Date :

Lieu :

Signature :