

Yoga Tibétain Kum Nyé

Week-end du vendredi 24 novembre au
dimanche 26 novembre 2017 à Rogues
Avec Sandy Hinzelin



- ✚ Apaisement de l'esprit
- ✚ Clarté et détente
- ✚ Vitalité
- ✚ Equilibre intérieur
- ✚ Ouverture à la joie de vivre

Simplement Être

Le Yoga Tibétain Kum Nyé ?

C'est une pratique méditative millénaire basée sur la Pleine Conscience. Elle intègre le corps et l'esprit, permet le déploiement de qualités aidantes pour trouver un équilibre intérieur et faire face à sa vie.



Le yoga tibétain, une pratique millénaire
pour mieux vivre dans un monde moderne

Programme

Ce week-end en pleine nature sera l'occasion de découvrir ou approfondir les bases de la pratique Kum Nye.

Apprendre à écouter son corps et son esprit approfondit la connaissance de soi et ouvre de nouvelles perspectives dans notre vie.

Pratique, théorie et échanges alterneront durant ce week-end, dans un cadre très propice à l'exploration de notre expérience !

Le stage s'appuiera essentiellement sur le livre « Yoga tibétain » de Tarthang Tulku.

Les informations pratiques

Lieu du week-end	Gîte Le Revel , Domaine le Revel 30 120 ROGUES
Description et itinéraire	http://gite-le-revel.fr/pages/contact/acces.php Du Vendredi 24 novembre : Accueil à partir de 17h30, Dîner à 19h et Début du stage à 20h Au Dimanche 26 novembre : Fin du stage à 16h Merci de venir avec tapis de yoga et coussin
Le week-end coûte	195 € pour le week-end tout compris Stage + Pension Complète + Hébergement ¹ + 15 € cotisation pour les non adhérents



En cas d'inscription après le 01er novembre, 25€ s'ajoutent aux frais d'inscription

Réserver votre place	Inscription par mail ou téléphone Virement ou chèque de 75€ pour les arrhes (non remboursées si annulation moins de 10 jours avant le début du stage)
----------------------	--

¹ Prévoir supplément pour une chambre individuelle

Formulaire d'inscription Week-end Yoga Tibétain Kum Nyé

Du vendredi 24 novembre au dimanche 26 novembre 2017

Nom - Prénom	
Adresse Téléphone E-mail	
Tarif	Tarif du stage : 220 € ; Prix d'adhésion si non adhérent : 15€ Total :
Intolérance alimentaire ?	
Arrhes	75 euros par virement ou par chèque

RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE (RIB) de KUM NYE France

ETABLISSEMENT: 20041 / GUICHET: 01003 / N°COMPTE: 0723987Z024 / CLE RIB : 50

DOMICILIATION : Banque postale Centre Financier 87900 LIMOGES CEDEX 9

IBAN- International Bank Account Number: FR24 2004 1010 0307 2398 7Z02 450

BIC – Bank Identifier Code: PSSTFRPPCLE

ACCOUNT OWNER: KUM NYE FRANCE

Association de Yoga Tibétain Kum Nyé France

Téléphone : 06 84 77 70 29

E-mail : kumnye.france@gmail.com

Web : <http://yogatibetain.com/>