

Stage de formation à la pratique du yoga sur chaise et post-formation 2022

Du Dimanche 17 (18h) au Vendredi 22 avril (14h)

ou

Du Lundi 15 (18h) au Samedi 20 août (14h)

Au gîte de la Terriade à Grimone,
dans la Drôme



LE YOGA SUR CHAISE POUR CHANGER
LE REGARD SUR LA VIEILLESSE ET LE HANDICAP

rvhysc@gmail.com

<http://yogasurchaise-rvhy.fr>

Ce stage de formation à la pratique de yoga sur chaise ou fauteuil permet d'acquérir des outils pour la transmettre :
soit dans des maisons de retraite, soit dans des communes en lien avec des associations dont le but est de venir en aide aux personnes en situation de handicap ou ayant un grand âge.

Il s'adresse prioritairement aux enseignants de yoga ou en voie de l'être, mais aussi à des pratiquants motivés dans cette direction.

Nous aborderons aussi des séances douces pour personnes pouvant s'installer sur un tapis.

Le contenu : Genèse d'une pratique et bilan de 13 années d'expérience. Nous développerons en détail la pratique qui permettra de transmettre. Quels sont les axes de la pratique ? A qui s'adresse-t-elle ? Les différences dans les pathologies peuvent-elles permettre une pratique commune ?

Lieu : Ce stage résidentiel se déroulera à Grimone, petit village du Vercors situé à 1 100 m d'altitude, à 30 km de Die : www.terriade.com



Pour venir à Grimone, venir par Valence puis Die ou Grenoble.

Si vous venez par le train, il faut arriver avant 16h00 à Die et je vous convoierai jusqu'au gîte en voiture.

Hébergement et coût :

Le coût total du stage* : **730 €**

❖ Prévoir 3 chèques pour :

- ✓ L'hébergement et les repas
Pour les souhaits particuliers (chambre single, régime alimentaire,..)
Contacter entre 18h et 19h le 04.75.21.11.34
Ou par mail laterriade@gmail.com
- ✓ La formation ,
- ✓ l'adhésion à l'association RVHY

Pour les personnes en souci financier mais motivées,
m'en parler en toute simplicité.

Les repas sont végétariens.

L'inscription sera définitive à réception de 150 € d'arrhes à l'ordre de RVHY.

Je vous enverrai un mail pour l'organisation de la semaine.

Il est possible de commander avant la formation, le livre
« Le Yoga sur chaise, changer le regard sur la vieillesse et le handicap »

23 € par envoi postal

et / ou le DVD **15 €** qui retrace la genèse de la pratique.

Contact :

Jeannot Margier
935 Route de la Croix 26 150 Marignac en Diois
07 88 78 10 43 / 04 75 21 81 84
margier.jeannot@orange.fr
<http://yogasurchaise-rvhy.fr>
www.jeannot-yoga.fr

Bulletin d'inscription à la formation yoga sur chaise

- du 17 au 22 avril 2022

- du 15 au 20 août 2022 (rayer la mention inutile)

Prénom, Nom :

Téléphone et adresse mail :

Enseignant – Elève en formation – Pratiquant avancé motivé
(rayer la mention inutile)

Date de naissance :

Adresse postale :

Ci-joint mon chèque d'arrhes de 150 € à l'ordre de RVHY
Mon chèque d'arrhes a déjà été envoyé : oui ou non

A envoyer à : Ghislaine Rautureau, 8 rue de l'Ancienne Mairie
85 320 – La Bretonnière La Claye
Tel : 06 41 54 00 64 ghisraut@hotmail.fr



« **Le seul, le vrai, l'unique voyage, c'est de changer de Regard** »
Marcel Proust

