

CONFÉRENCES

- **Michel Angot**
Indianiste, védisant, grammairien et philologue
« *Les origines de la Yoga Nidra* » 1ère partie
« *Les origines de la Yoga Nidra* » 2ème partie
- **Franck Bernède**
Violoncelliste et ethnomusicologue
« *A l'écoute du silence* »
- **Stéphanie Marchand**
Docteur en médecine
« *La conscience dans le cerveau et au delà* » 1ère partie
« *La conscience dans le cerveau et au-delà* » 2ème partie
- **Brigitte Neveux**
Présidente de la FFHY
« *Les techniques de relaxation* »
« *Sankalpa* »

PRATIQUES SPECIALISÉES

- **Françoise Bertrand**
« *yoga nidra : rotation conscience* »
- **Lina Lemaire**
« *yoga nidra : respiration* »
- **Elisabeth Raoul**
« *yoga nidra et femmes enceintes* »

PRATIQUES

- **Françoise Bertrand**
- **Paule Dubreuil**
- **Lina Lemaire**
- **Brigitte Neveux**
- **Elisabeth Raoul**

PROGRAMME

Sous la direction de la Présidente **Mme Brigitte Neveux**, ce stage thématique se déroulera **du jeudi 25 octobre 2018 à 14h30 au dimanche 28 octobre 2018 à 10h30**. Il a comme objectif d'approfondir les connaissances et compétences personnelles des participants dans les domaines de la pratique du yoga, ainsi que de la philosophie et la culture indienne.

Il abordera plus particulièrement **le Yoga Nidrâ**.

Au cours de ce stage alterneront des conférences dispensées par divers intervenants, des séances de pratique de Hatha Yoga spécialisées et classiques. Elles seront conduites par des enseignants d'expérience reconnue. Des plages horaires seront consacrées à des ateliers d'échanges.



PROGRAMME JOURNALIER INDICATIF

07h30 : Pratique posturale
08h45 : Pause / Petit-déjeuner
09h45 : Conférence spécialisée
11h15 : Pratique spécialisée
12h30 : Pause / Déjeuner
14h30 : Conférence spécialisée
16h00 : Ateliers
18h00 : Pratique
19h15 : Dîner / Pause
20h30 : Libre / Soirée culturelle

SOIRÉE CULTURELLE
Vendredi 26 octobre à 20h30
Concert de violoncelle
Avec Franck Bernède

Ce programme est non contractuel. Ce programme peut-être sujet à des modifications. Le détail journalier sera communiqué sur le lieu de stage.

CONDITIONS GÉNÉRALES

- **INSCRIPTION AU STAGE**
Date limite d'inscription : **Vendredi 28 septembre 2018**
Après cette date et au plus tard le **28 septembre 2018**, consulter le secrétariat de la FFHY. Le nombre de places étant limité, les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée.
- Règlement à l'inscription
(à l'ordre de la FFHY)
300 € pour les adhérents
332 € pour les non adhérents
- **RÉSERVATION DE L'HÉBERGEMENT**
Procéder au règlement de **260 €** en chambre double, **305 €** en chambre simple et **185 €** en chambre simple avec sanitaires à partager (montant total de l'hébergement en pension complète). Possibilité de payer par chèque à l'ordre de la FFHY ou par virement bancaire (voir n° IBAN sur le bulletin d'inscription).

ANNULATION DE PARTICIPATION / DÉSISTEMENT

Toute annulation de participation au stage et à l'hébergement doit être faite par écrit et uniquement au secrétariat de la FFHY.

Stage : pour toute annulation/désistement avant le 25 septembre 2018 la somme de 32 € sera retenue comme frais administratifs de dossier, le reste du montant versé, soit 268 € sera remboursé. En cas d'annulation après le 25 septembre 2018, le remboursement sera de 50% de la somme versée (150 €). Aucune dérogation ne sera accordée.

Hébergement : en cas d'annulation après le 25 septembre 2018, aucun remboursement ne sera effectué et le règlement sera conservé intégralement pour l'indemnisation de l'hébergeur par la FFHY.

Remarque : Les personnes domiciliées à l'étranger peuvent effectuer leur règlement par virement européen SEPA.

- **RGPD**
Les informations demandées dans le bulletin d'inscription sont indispensables pour la bonne organisation du stage et pour la gestion interne de la FFHY.
En aucun cas, elles ne seront communiquées à des tiers.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES



LIEU ET ADRESSE DU STAGE

Abbaye Saint Gildas de Rhuys

Place Mgr Ropert

56730 Saint Gildas de Rhuys

☎ 02 97 45 23 10



DATES ET HORAIRES

Accueil des participants le **jeudi 25 octobre à partir de 10h**

Ouverture du stage le **jeudi 25 octobre à 14h30**

Fermeture du stage le **dimanche 28 octobre à 10h30**



FRAIS DE SCOLARITÉ

Les frais de scolarité du stage comprennent l'accès à toutes les conférences, séances de pratique et lieux d'accueil (Règlement par chèque ou par virement)

Participation au stage : **300 €**

Participation au stage / non-adhérent : **332 €**



HÉBERGEMENT

Les frais d'hébergement comprennent : la chambre, les repas du jeudi midi au petit déjeuner du dimanche - le linge de toilette est fourni.

(Règlement par chèque à l'ordre de la FFHY ou par virement)

Hébergement : **260 €** / chambre double, **305 €** / chambre simple et **185 €** chambre simple (sanitaires à partager)



RESTAURATION

La restauration est assurée par l'Abbaye Saint Gildas de Rhuys



INSCRIPTION : voir bulletin ci-joint



ACCÈS

En train : Gare SNCF de Vannes, se rendre à la gare routière, prendre le bus 24 en direction d'Arzon, descendre à l'arrêt «pharmacie RD98».

En voiture : Depuis Vannes : prendre la D780 jusqu'à Sarzeau, continuer sur la D198 jusqu'à la place Mgr Ropert.

En bus : depuis la gare de Vannes, prendre la ligne 24 vers la presque île de Rhuys.

PLAN



**FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE Hatha Yoga**

Inscription

7 rue de Plaisance
75014 Paris

☎ 01 45 44 02 59 ✉ camille.simsek@ffhy.fr

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE Hatha Yoga

« L'enseignement du yoga traditionnel »
Fondée par Shri Mahesh



« YOGA NIDRA »
du 25 au 28 octobre 2018
Saint Gildas de Rhuys (56)

Brochure et bulletin téléchargeables sur :
www.ff-hatha-yoga.com

Association loi 1901, déclarée à la Préfecture de Police de Paris sous le n° W751014265.
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11 75 44664 75.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.
SIRET : 30214866300032 - Code NAF : 9499Z