

## CONFÉRENCES

- **Swamini Umananda**  
« *Amrita bindu Upanishad* »
- **Mireille Joséphine Guezennec**  
Indianiste  
« *Déesses de l'Inde - Devis et Shaktis* »
- **Lina Lemaire Dendal**  
Présidente de la Ligue Francophone de Hatha Yoga  
« *Manduka upanishad* »
- **Mark Singleton**  
Chercheur à l'école des études orientales et africaines  
« *Les Upanishad du yoga* »  
« *La Kena* »
- **Jean-François Verbist**  
Professeur des universités - Président d'honneur de la FFHY  
« *Le yoga dans les Upanishad premières* » 1<sup>ère</sup> partie et 2<sup>ème</sup> partie

## PRATIQUES/MEDITATION

- **Swamini Umananda** (méditation)
- **Paule Dubreuil**
- **Martine Frankignoulle**
- **Lina Lemaire Dendal**
- **Dominique Maligner**
- **Brigitte Anne Neveux**
- **Elisabeth Raoul**
- **Denise Spencer**



## PROGRAMME

Sous la direction de la Présidente **Mme Brigitte Anne Neveux**, ce stage de spécialisation se déroulera **du jeudi 25 au dimanche 28 avril 2019**. 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 « **Les Upanishad** ».

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.

### PROGRAMME JOURNALIER INDICATIF



06h30 : Pratique posturale  
08h00 : Pause / Petit-déjeuner  
09h00 : Conférence  
10h45 : Pratique  
12h30 : Pause / Déjeuner  
14h30 : Conférence  
16h30 : Conférence  
18h00 : Pratique  
19h15 : Dîner  
20h30 : Libre/soirée culturelle

**SOIRÉE CULTURELLE**  
Projection :  
Extraits d'enseignements  
de Chinmayananda  
à 20h30

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**  
Inscriptions closes, consulter le secrétariat pour s'inscrire sur liste d'attente.
- Règlement de la formation 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 **335 €** en chambre simple (pension complète), **280 €** en chambre double (pension complète)

### • 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 1er avril 2019 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 1er avril 2019, le remboursement sera de 50% de la somme versée (150€). Aucune dérogation ne sera accordée.

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

1943 Rue des Combattants d'Afrique du Nord  
83608 Fréjus  
Téléphone : 04 94 19 96 00



### DATES ET HORAIRES

Accueil des participants le **jeudi 25 avril à partir de 10h00**  
Déjeuner à **12h30**  
Ouverture du stage le **à 14h30**  
Fermeture du stage le **dimanche 28 avril 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 €**

### RESTAURATION

La restauration est assurée par Azureva Vacances

### HÉBERGEMENT

**335 €** chambre simple (pension complète)  
**280 €** chambre double (pension complète)  
**80 €** (restauration seule)

### INSCRIPTION : voir bulletin ci-joint

### ACCÈS

En train : Gare de Saint Raphaël Valescure

En voiture : A 3,5 km du centre-ville. A 24 km de Cannes. Sortie Autoroute A38 (3 min)

En avion : Aéroport de Nice Côte-d'Azur (45 km)



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE Hatha Yoga

### Inscription

7 rue de Plaisance  
75014 Paris  
**01 45 44 02 59**  
[camille.simsek@ffhy.fr](mailto:camille.simsek@ffhy.fr)



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE Hatha Yoga

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



« LES UPANISHAD »  
du 25 au 28 avril 2019  
Fréjus (83)

Brochure et bulletin téléchargeables sur :  
[www.ff-hatha-yoga.com](http://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