

Stage de formation à la pratique du yoga sur chaise et post-formation 2021

Du Dimanche 18 (18h) au Vendredi 23 avril (14h)

ou

Du Lundi 16 (18h) au Samedi 21 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 12 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 17h00 à Die et je vous convoierai jusqu'au gîte en voiture.

Hébergement et coût :

Le coût total du stage (frais pédagogiques, hébergement, repas) sera de **680 €** plus **20 €** d'adhésion à l'association).

Prévoir 3 chèques ou espèces pour :

- ✓ La formation
- ✓ L'hébergement
- ✓ 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.

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

Contact :

Jeannot Margier
07 88 78 10 43
04 75 21 81 84

margier.jeannot@orange.fr
www.jeannot-yoga.fr

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

Bulletin d'inscription à la formation yoga sur chaise

- du 18 au 23 avril 2021
- du 16 au 21 août 2021 *(rayer la mention inutile)*

Prénom, Nom :

Téléphone et adresse mail :

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

Date de naissance et adresse postale :

Ci-joint mon chèque d'arrhes de 150 € à l'ordre de Jeannot MARGIER
A envoyer à : Jeannot Margier – La Croix – 26150 Marignac en Diois

Il est possible de commander le livre

« Le Yoga sur chaise, changer le regard sur la vieillesse et le handicap »

23 € par envoi postal OUI NON

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

