



Un moment à soi, un espace pour se régénérer et mieux repartir dans son quotidien.

C'est la proposition des « Rencontres de l'Efymp ».

Un week-end de Yoga, agréable, enrichissant et ressourçant.



RENCONTRES DE L'EFYMP 1er et 2 Juin

L'EXPÉRIENCE DU YOGA AUJOURD'HUI

Contactez nous
pour plus d'info

☎ 06.45.78.14.27

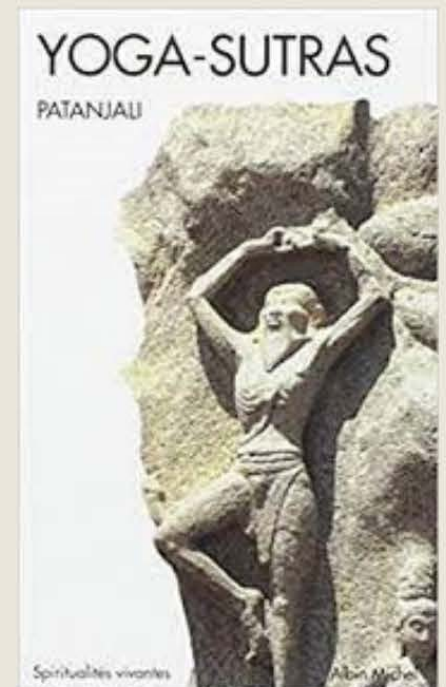
📍 Lieu : Domaine de Milhas,
Cumiès

✉ contact@efymp.com

Site internet de l'EFYMP :
www.efymp.com

Des causeries sur les Yoga Sutras de Patanjali pour être dans l'expérience authentique du Yoga. Des ateliers et des pratiques avec une pédagogie adaptée à nous, occidentaux du 21ème siècle.

Des temps de partages et d'échanges avec les enseignants et les autres participants dans un lieu calme et convivial.





LE LIEU : DOMAINE DE MILHAS, CUMIES

Domaine en pleine nature sur la rive du magnifique lac de la Ganguise.

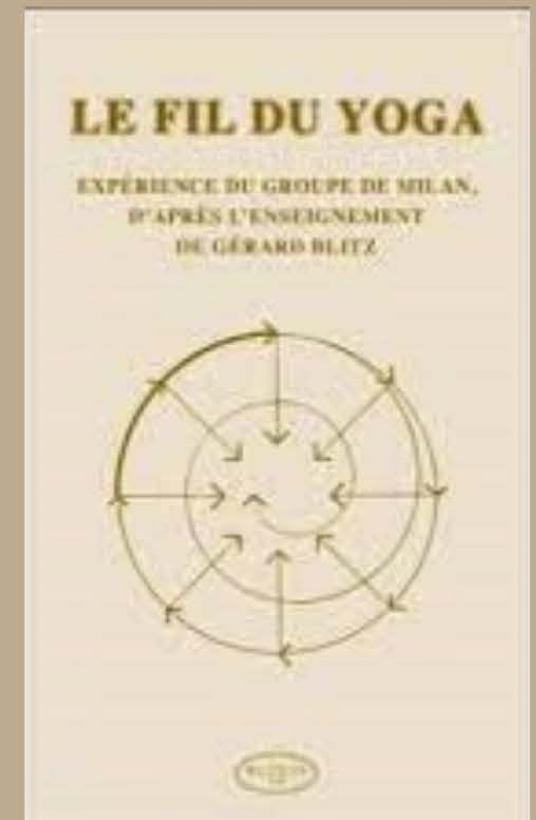
Piscine, repas végétariens. Le domaine offre un cadre idéal dans la campagne, sur les hauteurs du lac avec une vue panoramique, au coeur de l'Aude. Le Domaine se situe à proximité des grands axes du sud-Ouest de la France pour un accès facile en voiture.

GERARD BLITZ

Il y a déjà plus de 50 ans que le Yoga se pratique en Europe. Dans les années 70, Gérard Blitz faisait partie des précurseurs et transmettait l'enseignement de Sri Krishnamacharya de Madras. L'École Française de Yoga Midi Pyrénées s'inscrit depuis plus de 20 ans dans cette lignée. Approfondir la connaissance des Yoga Sutras de Patanjali et développer une pédagogie et des pratiques toujours plus adaptées aux occidentaux.



Gérard Blitz écrit dans le Fil du Yoga « le Yoga est bien plus une science du futur qu'une tradition du passé ». Ses élèves, Françoise et Olivier Mazet, dirigent l'Efymp et animent les « Rencontres » pour rendre cette expérience du Yoga disponible et accessible à tous.



BULLETIN D'INSCRIPTION

Nombre de places limitées, renvoyez votre bulletin d'inscription à contact@efymp.com

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tel :

Courriel :

Tarifs :

- Adhésion à l'FYMP : 10€
- Hébergement collectif : 100€ - Repas végétariens faits sur place inclus
(Hébergements individuels possibles avec supplément)
- Enseignement : 70€

Accueil le 1er juin à partir de 10h - fin du stage le 2 juin à 16h

Au Domaine de Milhas, 11410 Cumiès

<https://www.domainedemilhas.com/>

Ecole Française de Yoga Midi Pyrénées