



5 jours, 4 nuits | Le Château Partagé | LAC D'AIGUEBELETTE en SAVOIE

STAGE
DECOUVERTE

YOGA DU SON & YOGA DE LA MARCHE

Une expérience hors du temps

- ✓ **ALLÉGEZ-VOUS** en marchant dans la nature.
- ✓ **NETTOYEZ** votre mental en méditant avec les sons.
- ✓ **DÉVELOPPEZ** votre présence à vous-même
et à l'instant.





YOGA DU SON, YOGA DE LA MARCHÉ

STAGE

Explorer sa voix, explorer son corps dans la marche

DECOUVERTE

5 jours, 4 nuits | Le Château Partagé | LAC D'AIGUEBELETTE en SAVOIE

Découvrez ou ré-découvrez les pratiques **du Yoga de la Marche le matin et du Yoga du Son l'après-midi.**

Vous serez logés au Château Partagé, habitat groupé orienté vers l'accueil de groupe, proche du lac d'Aiguebelette et face aux montagnes de la Chartreuse.



Pierre-Pascal BARON

Formateur et professeur de Yoga du Son, agréé par la FNYS. Chercheur de musiques intérieures.

www.yogasonmeditation.com



Christophe FOUCRIER

Accompagnateur en montagne de l'École de la Marche et professeur de Yoga, diplômé de l'ETY de Claude MARECHAL (Viniyoga).

www.ecoledelamarche.org



INFOS PRATIQUES

✓ Coûts :

- Pension complète : 224 €*
(*draps et serviette fournis + 10 €)

- Arrivée la veille + dîner : 41 €

- Formation : 390 €*
(* Pour une inscription 2 mois avant le stage.

Tous les détails dans la fiche technique, tarif adaptable suivant votre situation financière)

✓ Dates :

- Du 01 au 05 nov. 2017

(limite d'inscriptions
21 jours avant le début du stage)

✓ Détails - inscriptions :

- Stage :

Pierre Pascal 06 77 97 75 07

- Hébergement :

www.lechateauapartagé.fr

Magdalena 06 18 67 31 93