



## Domaine de Nabes – Mourèze

Idéalement situé sur la commune de Mourèze, à 4 kilomètres du Lac du Salagou, le Domaine de Nabes est entouré de plusieurs centaines d'hectares de forêt. Lieu idéal pour des vacances champêtres, régénérantes, ce havre de paix est l'endroit idéal pour passer de courts ou longs séjours. Au milieu d'un théâtre naturel et vivant, la sérénité est reine, la flore riche et la faune surprenante. Nous pratiquerons dans une salle d'activité de 85 m<sup>2</sup>.

Plus d'informations sur le lieu : <https://domainedenabes.fr>

**Amenez vos repas ou de quoi cuisiner, nous les mettrons en commun.**

Le stage est ouvert à tous même s'il s'adresse plutôt à des personnes ayant déjà pratiqué le yoga, l'énergétique et/ou le chamanisme.

**HORAIRES** (sous réserve et modifiables selon les besoins du groupe) Début vendredi 23 août à partir de 18h, clôture dimanche 25 août 17h.

**Le stage est animé par Florence Patard** : enseignante de yoga, diplômée de l'École française de yoga du Sud-Est (EFYSE) en yoga de l'énergie, formée par Yannick Quenet en Hatha-Yoga et yoga pour les enfants, certifiée en yoga prénatal et post-natal (Méthode Bernadette De Gasquet), en vinyasa prénatal par Jennifer More, en yoga enfants et famille par Rainbow kids yoga, en yoga thérapie post-natal et « maman-bébé », yoga enfants, yoga famille et yoga régénérateur par Alia Om, certifiée en yoga régénérateur par Cindy Lee, certifiée en yoga adapté aux pathologies courantes selon l'Ayurveda, systèmes digestif, nerveux et émotionnel par Michèle Lefèvre et Isabelle Hernandez, en yoga nidra par Uma Dinsmore-Tuli, praticienne quantique, formée à la voie chamanique et quantique de conscience unité par Anne-Solenn Âme Soleil. Plus d'infos : [www.florencepatard.com](http://www.florencepatard.com), [www.associationpadmayoga.wordpress.com](http://www.associationpadmayoga.wordpress.com) et [www.bullesdeyoga.com](http://www.bullesdeyoga.com)

**\*CONTRIBUTION FINANCIERE** (enseignement et location de salle)

-1er prix inscription **avant le 15 juin** : 130 euros

-2e prix inscription **après le 15 juin** : 170 euros

**\*CONTRIBUTION FINANCIERE** (hébergement)

70 € TTC pour deux nuits, par personne, en chambre de 3 ou 4 personnes

88 € pour deux nuits, par personne, en chambre de 2 personnes

176 € pour être seul(e) dans une chambre

Prix accompagnant (sans pratique de yoga) : selon choix hébergement.

**Pour tous renseignements** : Florence Patard - 06 99 85 83 63 - [associationpadmayoga@gmail.com](mailto:associationpadmayoga@gmail.com)

✂.....

## Bulletin d'inscription

A me remettre directement ou à envoyer à : Association Padma Yoga - 3 rue Pasteur - 34170 Castelnaud-le-Lez

**WE été - Être Soi – vendredi 23 au dimanche 25 août 2019**

Nom : ..... Prénom : .....

Tél. .... Mail : .....

Adresse : .....

.....

Profession : .....

### **Avez-vous eu ou avez-vous des problèmes de santé en général (précisez si passé ou présent) ?**

Exemples : rhumatisme, opérations des articulations (dos, hanches, genoux, merci de préciser), problèmes respiratoires (asthme...), problèmes cardiaques, tension artérielle, opérations récentes, dépression, cancer, problèmes chroniques, fatigue, syndrome canal carpien, autres ?

.....  
.....  
.....  
.....

### **Accompagnement :**

Autre adulte (précisez nom, prénom et si il ou elle participera au yoga)

### **Souhait pour les chambres (à entourer) :**

- 70 € TTC pour deux nuits, par personne, en chambre de 3 ou 4 personnes
- 88 € pour deux nuits , par personne, en chambre de 2 personnes
- 176 € pour deux nuits, pour être seul(e) dans une chambre
- Repas** : Si vous souhaitez prendre les repas sur place : 100 euros pour le WE en pension complète.

Prix accompagnant (sans pratique de stage) : selon formule hébergement et repas.

Nous consulter en cas de difficultés financières.

Si vous souhaitez partager la chambre avec une personne ou plusieurs personnes en particulier, merci de le préciser ici :

Merci de verser la contribution pour l'enseignement (pas remboursée en cas d'annulation 30 jours avant le stage), **possibilité de faire plusieurs chèques pour étaler le paiement -mettre les dates d'encaissement au dos**. La contribution pour l'hébergement sera à régler directement au gîte en arrivant.

Règlement :  chèque (ordre Association Padma Yoga)  chèques vacances  espèces

J'atteste pouvoir pratiquer des activités corporelles sans-contre indication, et dégage toute responsabilité envers l'association Padma Yoga et Florence Patard, en cas de problème médical ou autres durant le stage.

Signature obligatoire :