

L'Association Source du Volp (ASDV) organise un stage d'été



Nous vous proposons de vous accompagner durant ce stage découverte entre "dynamisme" et "lâcher prise", **dans la progressivité et dans Joie de Vivre...**

Ces six jours seront ponctués d'expérimentations diverses, **visant à rééquilibrer, régénérer, se poser, se sentir Vivant, Présent, éveiller ses potentiels.**

Pratiques de Yoga, ateliers créatifs, marches, chants (Sons primordiaux, Mantras sacrés), **méditations, danses**, viendront rythmer ces journées.

Nous profiterons de l'emplacement exceptionnel de ce lieu magnifique pour étendre le périmètre des pratiques au-delà de la salle de Yoga.

Stage ouvert à tous : débutants ou pratiquants confirmés



Catherine TORRELL née à Bordeaux en 1968 : "Après un intense parcours artistique, Beaux-Arts et chant lyrique, de grandes douleurs dorsales m'ont poussé à m'engager sur le sentier du Yoga. La patience, l'humilité, l'authenticité, m'ont permis d'aller vers les profondeurs, de vraiment me rencontrer, me retrouver, me réUnir, me gai rire. J'ai suivi l'enseignement de 'professeur de Yoga' à l'École Française de Yoga Midi-Pyrénées (EFYMP) de la tradition KRISHNAMACHARYA – DESIKACHAR dispensé par Françoise Mazet et plusieurs post-formations avec Michel Alibert de l'Institut Français de Yoga (IFY). Patrick TORRE fondateur de l'Institut des Arts de la Voix m'a aussi transmis la subtilité de son enseignement du Yoga du Son. Je partage maintenant ce que j'ai reçu et ne cesse de recevoir ».



Christian TORRELL né à Bordeaux en 1946 pratique le yoga depuis l'âge de 30 ans. En 2002 il s'engage plus profondément sur cette voie et suit l'enseignement de 'professeur de Yoga' à l'Institut Français de Yoga (IFY) de la tradition KRISHNAMACHARYA – DESIKACHAR dispensé par Paule Mourrut. Il l'enseigne depuis 2006 à Villeneuve Tolosane (en Banlieue Toulousaine) et à Contrazy (en Ariège lieu de sa résidence principale) depuis 2008.

Parallèlement, sa vie professionnelle se réalise dans un tout autre domaine : après avoir travaillé dans un grand groupe, il crée une entreprise de hautes technologies qu'il a cédée en 2006. Au cours de sa vie, il s'est passionné pour l'homéopathie, la psychothérapie et la rénovation de bâtiments anciens.

Renseignements pratiques au dos

Lieu : En Ariège Chez Christian : lieu dit Marbois 09230 CONTRAZY (1 heure de Toulouse co-voiturage possible)

Site interne : <http://www.gite-de-marbois.com>

Horaires : Mardi 7 juillet 9 h, Dimanche 12 juillet 17h, 6 jours.

Tarifs : 520€ (enseignement : 260€ + hébergement : 260€).

L'hébergement comprend la location de la salle et tous les repas en pension complète à partir du mercredi.

Les 2 premiers repas seront tirés du sac avec ce que chacun aura amené à partager.

Les draps et couvertures sont fournis, pas le linge de toilette.

Les repas sont végétariens.

Les personnes habitant dans les environs peuvent dormir chez elles, dans ce cas, le prix du stage est de 435€.

Pour valider votre inscription :

Remplir le bulletin d'adhésion ci-dessous en le renvoyant par courrier avec un chèque d'acompte de 150 € à l'ordre de « ASDV » à l'adresse suivante :

Christian TORRELL Marbois 09230 CONTRAZY

Le chèque d'acompte sera encaissé en début du stage,

A l'exception d'interdiction gouvernementale, il ne sera pas remboursé en cas de désistement dans les 15 jours précédant le stage.

Les inscriptions se feront par ordre d'arrivée, et le nombre de participant tiendra compte des mesures gouvernementales. Pour ne désavantager personne par rapport aux délais postaux vous pouvez confirmer votre inscription par email dès l'envoi de votre courrier.

Renseignements : 06 85 54 83 95

Cochez les cases pour lesquelles vous êtes intéressés

Je désire participer au stage de Yoga « **Yoga, Nature et Créativité** » du **07 au 12/07/2019**

Je suis intéressé(e) par un covoiturage depuis Toulouse: oui non

Nom : _____ Prénom: _____

Téléphone : _____ email : _____