



**Faites une pause énergisante !**

## **Yoga de plein été & Energétique chinoise**

**"Herbes Folles et plantes sauvages"**

En résidentiel dans les alpages du Jura (Haut Doubs)  
du **6 au 12 août 2021**

Stage organisé par l'**Association INDIGO, Yoga et Relaxation**  
et co-animé par **Pascale Audry**, Professeur de Yoga  
et **Katia Boutayeb**, Sino Thérapeute



**Le prix du stage de 790 €/personne comprend**  
pour un groupe de 12 à 14 personnes :

- Séjour du dimanche **6 août** (après midi) **au jeudi 12 août 2021** (après petit déjeuner)
- navette (aller-retour) entre la gare routière et le gîte.
- Cours de Yoga
- Cours de Dao Yin Qi Gong
- Relaxations, pratiques méditatives et bains sonores (bols tibétains)
- Marches en conscience et séances en plein air
- Déjeuner et dîner en commun
- hébergement en gîte tout confort, *face au Mont Blanc*, en chambre d' 1 ou 2 lits.
- Sorties découvertes, animations nature

– **En supplément, sur réservation :**

Possibilité de massages bien-être ou de soins énergétiques



## Bulletin d'Inscription

A adresser de préférence par mail à : [info@indigo-yoga.fr](mailto:info@indigo-yoga.fr)

ou à Indigo, Yoga et Relaxation - Maison des Sports, 204 rue Pierre et Marie Curie - 91000 Evry-Courcouronnes

L'inscription est validée dès réception du bulletin d'inscription avec des arrhes de **150 €** à l'ordre de l'association INDIGO, Yoga et Relaxation. Réservation souhaitée avant le 30 mars 2021

Stage maintenu si 10 inscriptions minimum.

NOM ..... Prénom .....

Adresse postale.....

E-mail ..... Tél .....

Le tarif est de **790 €**, sur la base d'une chambre double

Je m'engage à régler au plus tard le 5 juillet 2021 l'intégralité du montant, par chèque ou virement, afin de valider ma participation.

J'ai pris connaissance que ma participation et mon adhésion sont nécessaires au bon fonctionnement du séjour.

Je m'engage à respecter toutes les conditions sanitaires en vigueur : port du masque, désinfection des mains, distanciation physique.

Je sais que :

Le nombre de places étant limité à 14 personnes, les inscriptions seront validées dès réception des règlements.

Et que, si pour des raisons de confinement, il fallait annuler le séjour, il sera procédé au remboursement du stage.

Fait à ..... , le.....

**Bon pour accord**



**Signature**

