

Week end Yoga-Méditation L'Art de l'équilibre intérieur Du 23 au 25 octobre 2020 avec Florence CEVAER



Vivre autrement....c'est possible!

En pleine nature , au coeur de la campagne varoise, je vous invite à venir vous ressourcer profondément et vous connecter à votre être intérieur dans la joie et la simplicité. ,

Contact avec la nature, pratique intensive du yoga et de la méditation , mais aussi massage*, ballades, lecture, chant de mantras, repas sur la terrasse dans la douceur de la Provence.... Tout ce qui permet de retrouver la joie d'Etre.

Hébergement et pratique dans la maison d'hôte « Au coeur des Petelins » au Thoronet.
www.aucoeurdespetelins.fr

En chambre classique (2 chambres double à partager) ou insolite: Isba, Yourte, Cabane en bois, très bien chauffés et qui disposent de

vrais lits (2 personnes par habitat). Nourriture bio et végétarienne.

Prix de l'hébergement en pension complète du vendredi soir au dimanche midi: 120€ par personne à régler sur place.

Le stage est animé par **Florence CEVAER**, enseignante de Yoga et fondatrice du Studyo & la Galerie à Marseille. (bio et présentation sur le site www.yoga-marseille.fr) 5 heures de pratique par jour le matin et l'après midi.

Frais pédagogiques: 150€ à l'ordre de Association VESTA.

Acompte pour réserver votre place: 75€
Plus d'infos par tél: 06 45 24 03 78 ou par mail info@yoga-marseille.fr

* Massage en option à régler sur place.