



Stage de yoga

se ressourcer en Bretagne

du samedi 23 avril au mercredi 27 avril 2016

à Jugon les Lacs (22)

dans la salle de la mairie, place du Martray

tarif pour 11,5 h sur 4 jours : 200 €

clôture des inscriptions le 15 mars 2016

attention le nombre de places est limité à 16 personnes

animé par Marie Daouphars

professeur diplômée de la Fédération Nationale de Yoga.

**enseigne le Yoga depuis 20 ans pour des Associations, Maisons de Quartier et de Retraite,
Écoles primaires et Centres de Vacances.**

**STAGE 2016 A JUGON LES LACS
BULLETIN D'INSCRIPTION AUX COURS DE YOGA (1 par personne)**

NOM:

Prénom:

Date de naissance :

Sexe :

Adresse :

Téléphone(s) Dom. :

GSM. :

-
- je règle la totalité 200 € à l'inscription, à l'ordre de IBKAM
- je règle 170 € (réduction de 30 € accordée à partir de la deuxième personne de la même famille)
- Nom de la première personne inscrite :
- n'ayant jamais été membre de l'association, je règle à l'inscription mon adhésion de 10 € à l'ordre de IBKAM, par chèque séparé.

Réservation & renseignements au 06 68 19 90 77

ou par courrier adressé à: Marie Daouphars

**11bis rue du Lieutenant Raoul Batany 92140 CLAMART ou en donnant votre dossier d'inscription à
Marie Daouphars à la fin de votre cours de yoga**



Stage de yoga

Détails

11,5 h de cours de yoga sur 4 jours

du samedi 23 avril au mercredi 27 avril 2016

pour profiter de la région et visiter la Bretagne en famille ou entre amis du yoga

Prévoir l'hébergement :

Bungalows (Camping du Bocage); hôtel, gîtes au manoir de Ranléon (Mme du Fretay) à 4 km (voiture indispensable)

Se renseigner auprès de l'office du tourisme de Jugon pour la documentation ou sur internet.

- Camping du Bocage (au bord du lac) en précisant que vous venez pour le stage de yoga.
Tél. : 02 96 31 60 16
www.camping-location-bretagne.com
- Manoir de Ranléon (Mme du Fretay)
Tél. : 02 56 40 17 50
- Office du tourisme :
Tél. : 02 96 31 70 75
www.jugon-les-lacs.com

Transports :

- voiture à partir d'Issy les Moulineaux
- train gare de Lamballe (15 km de Jugon les Lacs) puis taxi.

Planning :

samedi 23 avril	19h pot d'accueil et présentation du stage	
dimanche 24 avril	10 h à 12 h	yoga
	18 h à 19 h 30	yoga
lundi 25 avril	14 h à 17 h	yoga
mardi 26 avril	18 h à 19 h 30	yoga
mercredi 27 avril	10 h à 12 h	yoga
	18 h à 19 h 30	yoga
	20 h	dîner libre. Possibilité de dîner ensemble
jeudi 28 avril	fin du stage.	

- Voir avec vos hébergeurs si vous pouvez prolonger votre séjour si tel est votre souhait.