



Christian Tikhomirow

25 Cours Gambetta - 13100 Aix-en-Provence

Tél: 04 42 66 03 97 - 06 98 13 14 47 - christian@tikhomirow.fr

Réservation stage Ascension en Corse du 5 au 8 Mai 2016

**Couvent de Saint-François
20151 Vico**

Tél : 04 95 26 83 83 - e-mail : accueilcouventvico@orange.fr

Thème - *Initiation au Nâtha-yoga à travers la posture (asana), la respiration (prânâyâma), la pratique sur le sommeil et le rêve (yoga-nidrâ) et la méditation. Aspects holistiques et thérapeutiques de ce yoga. Stage ouvert à tout le monde.*

Participations

Enseignement : 400€

Hébergement pension complète : pas encore déterminé. Prévoir +/- 50€/jour

Acompte: 100,00€ encaissés au moment du stage.

Début du stage le 5 mai à 10h (il est possible d'arriver la veille en contactant directement le gîte).

Fin du stage le 8 mai à 16h.

Le règlement de l'hébergement se fait directement auprès du gîte.

Nom: _____ Prénom: _____

Adresse: _____

Code postal et Ville: _____

Téléphone: _____ Mail: _____

Votre expérience du yoga : _____

Date: _____ Signature: _____

A retourner à Christian Tikhomirow - 25 Cours Gambetta - 13100 Aix-en-Provence.

Réponse par mail sur la disponibilité. Retour des arrhes en cas de stage complet.