Le stage se déroule en une alternance de séances posturales (simples), de discussions et de chants. Simplicité et convivialité sont aussi invitées !
Les journées se termineront par une relaxation musicale d'1/2h avec Adam et son nouvel instrument, le Vinyesraj.
Pensez à prendre votre tapis de yoga, un coussin. Vous pouvez aussi apporter une thermos de boisson chaude (thé, tisane,...) ou des jus de fruits à partager.

HORAIRES : samedi de 14h30 à 19h00 et dimanche de 9h30 à 17h30
dimanche midi repas-partage végétarien avec ce que chacun apportera

PARTICIPATION : we complet : 75€ (samedi : 40€ ou dimanche : 55€)

ACCÈS PAR LA ROUTE : en venant du nord, A6 sortie Bollène, suivre Alès (via Pont St Esprit, Bagnols/Cèze) pendant env. 60km puis, après le village de Seynes, tourner à gauche dir. St Just, Euzet (10km), au rond-point tout droit dir. Brignon. passer St Jean de Ceyrargues, entrer dans St Maurice de C ;
En venant du sud, A9 sortie Nîmes ouest, suivre Alès (N106, ne pas prendre la 4 voies à La Calmette) sur env. 20km, au niveau de Brignon la Plagnol, prendre à droite dir.St Maurice de Cazevieille ;
En venant d'Avignon, Uzès, prendre la route d'Alès jusqu'au rond-point de Foissac, puis à gauche dir. St Maurice de Cazevieille (7km). En arrivant dans le bas du village, tourner à gauche, dir. centre village, traverser le village en direction de Brignon ;
Le foyer se trouve à la sortie du village, dir Brignon, (à gauche en venant du nord et d'Uzès, à droite en venant de Nîmes), dir. Castelnau, St Chaptes, puis à gauche, stade, salle associative (500m)

gare SNCF la plus proche : Alès ou Nîmes (TGV 3h de Paris)

"Nous cherchons à nous relier plus finement, plus intensément aussi à la vie qui est en nous et autour de nous."

Je compte sur vous pour héberger les stagaires venant de loin (nuit de samedi) ! Merci.

bulletin d'inscription : stage XuYen 24 et 25 septembre 2011

XuYen fait un long voyage pour venir à notre rencontre le temps de ce précieux week-end annuel, aussi faisons-lui l'honneur de participer nombreux au we complet, dans la mesure du possible !

Nom, prénom : . . . . . .

adresse : . . . . . .

. . . . . .

tél. et e.mail : . . . . . .

. . . . . .

s'inscrit pour : ❑ we complet 75€ ❑ samedi 40€ ❑ dimanche 55€

❑ peut héberger ..... personnes pendant le stage ❑ cherche un hébergement

RENCONTRE DE YOGA AVEC XUYEN

L'invitation à être heureux ! (stage ouvert à tous)

samedi 24 et dimanche 25 septembre 2011

à St Maurice de Cazevieille (Gard), salle associative du village

"Il est urgent de découvrir à l'intérieur de nous-même la présence cachée de l'être, et ce qu'il y a de plus précieux dans l'existence humaine : la paix !"

samedi de 14h30 à 19h00 et dimanche de 9h30 à 17h30
(dimanche midi repas-partage végétarien avec ce que chacun apportera)

participation : we complet : 75€
(samedi seul : 40€ / dimanche seul : 55€)

Voilà presque 20 ans, j'ai rencontré un être VIVANT : XuYen !
Pour la 6ème année, nous allons partager le bonheur de sa présence, le temps d'une week-end...

Les stages de XuYen sont à la fois simples et profonds, toujours remplis de chansons, de bonne humeur, et... de beaucoup de participants venus de toute la France !

Pour vous inscrire :

Envoyez au plus vite **un chèque d'arrhes de 20€** avec vos coordonnées (indiquez bien l'e.mail) à l'ordre de "association Sésame"(adresse ci-dessous).

MERCI DE PRÉVOIR LE SOLDE EN ESPÈCES, À ME REMETTRE AU DÉBUT DU STAGE.

Nathalie NICHANIAN / Association SÉSAME
rue des Templiers - 30360 Saint-Maurice Cazevieille tél : 04 66 60 17 69 - 06 82 17 16 41
e.mail : info@sesame-yoga.fr - *site internet :* www.sesame-yoga.fr