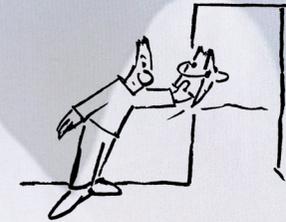


week-end résidentiel yoga *Hurtebise* 12-13 octobre 2019

un art de vie au quotidien le yoga



49e depuis 1977

Il y a des milliers d'apparences du « je suis » en nous.
Qui est-ce moi aux multiples facettes ?
Quel est ce moi qui se dit « Je » ?

Au cours d'une vie, le corps change d'apparence, mais c'est toujours le même. La personnalité se modifie aussi, mais le personnage intérieur permanent reste le même. On parle du développement de la personnalité, alors que nous devrions accorder de l'importance à la personne. Derrière le masque (persona) se cache la vraie personne.

Swami Siddheshwar

*L'homme se tient entre deux mondes :
le visible et l'invisible.
Or chacun ne reçoit que quelques
rayons de la lumière divine
alors qu'il faudrait intégrer la sagesse
de toutes les traditions humaines
pour en saisir l'étendue !*



la dynamique de l'Être
selon le Vedanta

Pratiquer les multiples postures du yoga
approfondir sa philosophie et ses symboles
favoriser les échanges et le rythme de chacun.
C'est à ce joyeux défi que nous vous convions, pour vivre
ensemble un Yoga au plus proche de nos vies, dans le
respect des aspirations du corps, du cœur et de l'Esprit

infos secrétariat
à partir du 9 septembre
10-12h / 15-17h



l'asbl Cytha organise

Liège Xhovémont Rocourt
cours hebdomadaires
ateliers d'approfondissement
week-end résidentiel
cours mixtes
adultes
ados

04 226 72 79 | info@yoga-cytha.be | www.yoga-cytha.be

accessible aux élèves déjà engagés dans une pratique de Yoga



Organisées pour la première fois en 1977 par Roger et Georgette Druet, à l'incitation des élèves de la première heure, ces sessions se perpétuent depuis 42 ans.

Nourries de toutes ces années d'expériences et d'échanges, les enseignements et les pratiques encouragent la quête du sens de la relation corps et âme, inlassablement tissée par le Souffle.

Je verse la somme de caisse au cb de l'asbl Cytha BE80 0013 1060 3877 (Bic GEBABEBB)

nom.....prénom.....

adresse.....

courriel :@.....

Je pratique régulièrement le Yoga au cours habituel :

- Rocourt Xhouvémont autre cours affilié à la « Ligue francophone de Hatha Yoga » nom club ou professeur.....
- non-affilié

date.....

signature.....

propose / cherche.....place (s) en voiture au départ de

arrivée samedi à 9 h30 arrivée vendredi avant 18 h 45 (souper) après le souper rejoindra le groupe à partir de.....

♥ réduction de 5 € pour inscription avant le 15 août

remettre à l'occasion d'un cours ou adresser à Cytha-Yoga : 55, rue Victor Croisier, 4000 Rocourt 04 226 72 79 info@yoga-cytha.be

samedi

- 9 h30 accueil
- 10 h introduction - pratique
- 12 h40 repas
- temps libre
- 15 h exposé
- 16 h30 pratique asana
- 18 h45 repas
- 20 h15 échanges - collation

dimanche

- 7 h15 pratique d'éveil
- 8 h30 petit déjeuner
- temps libre
- 11 h asana
- 12 h30 repas
- 14 h échanges
- 15 h yoga nidra - méditation
- 16 h30 collation
- 17 h au revoir

possibilité de commencer le séjour le vendredi par le souper à 18h45 - soirée libre ou méditation

PAF 145 € / affiliés 130 €

étudiants 125 € / 110 €

tout compris, à partir du samedi 9 h 30 (hébergement pension complète et activités)

réservation effective par acompte de 65 €

♥ réduction de 5 € pour inscription avant le 15 août

- > paiement du solde avant le 30 9 2019
- > accompagnant (sans activités Yoga) 55 €
- > arrivée vendredi + 30 €

A l'orée des bois de St Hubert, le Monastère d'Hurtebise offre un accueil simple et chaleureux. C'est dans ce lieu particulièrement paisible, propice à l'intériorité et à la détente, que nous vous fixons rendez-vous.

La rencontre débutera le samedi matin à 9h30 et s'achèvera le dimanche vers 17h.

Possibilité de commencer le séjour le vendredi par le souper à 18h45 ensuite, selon le souhait des participants, soirée libre ou méditation.

Monastère d'Hurtebise 6870 Saint Hubert

Accès:

par route : Marche ➤ Bastogne jusque Barrière de Champlon ➤ N 89 vers St Hubert ➤ sortie Zoning industriel de Saint Hubert - Vaux s/ Sûre ➤ droite ➤ 2 km ➤ le Monastère est visible à gauche.

Par train : gare de Libramont à 17 km puis bus jusqu'au Monastère

Emporter

- tapis de Yoga
- petit coussin « bien rembourré »
- draps de lits (ou louer sur place)
- bottes (balade en forêt)

Logement

en chambre seul (sauf couples)

NB : Le week-end forme un tout.

En cas d'impossibilité majeure à participer à une partie des activités, il reste possible de rejoindre ou de quitter le groupe, cependant sans réduction du montant forfaitaire de la participation.

