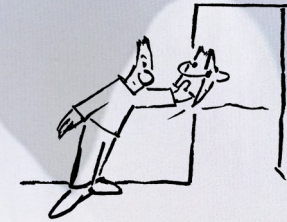


week-end résidentiel yoga *Hurtebise* 12-13 octobre 2019

un art de vie au quotidien le yoga



49e depuis 1977

*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 !*



**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

*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

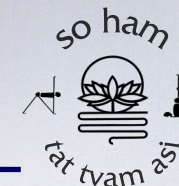
Liège
Xhovémont
Rocourt

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 enseigne-
ments 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 ☐ Xhivemont ☐ 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.

