

Samedi 16, dimanche 17 et dimanche 31 janvier 2016
Lycée d'Hôtellerie et de Tourisme Archipel Guadeloupe - Le Gosier -

nidra yoga

André RIEHL

<https://nidrayoga.wordpress.com/lenseignant/>

**anime un séminaire de Yoga
en Guadeloupe**

pour les pratiquants et les non pratiquants



STAGE

Samedi 16 Janvier : 8h30-12h & 15h-17h

Dimanche 17 Janvier : 8h30-12h

Nidra yoga : Introduction aux états de relaxation très profonde et de concentration à l'origine des états de méditation spontanée, et leurs applications thérapeutiques.

ATELIER

Dimanche 31 Janvier : 8h30-12h

Approfondissement du nidra yoga : les cinq facultés sensorielles et la détente profonde du cerveau.

TARIFS

Le week-end du 16 et 17 Janvier 2016 : 100 €

Les 3 jours (16, 17, 31 janvier 2016) : 120 €

(se munir d'un tapis et d'une tenue confortable)

Renseignements et inscriptions

Christelle : 0690 90 42 89

Arlette : 0690 69 51 34

Mail : arlette.othily@wanadoo.fr



Association

EDUC-YOGA / YOGA et LOISIRS

André RIEHL



andré riehl yoga method

Parcourant les routes de l'Inde à la recherche d'instructeurs traditionnels, il aura l'occasion d'étudier plusieurs aspects de la démarche intérieure auprès d'ascètes, ainsi qu'auprès de grandes figures de la spiritualité telles que *J. Krishnamurti* ou *Ma Ananda Mayee*.

C'est finalement la rencontre décisive avec *Chandra Swami* de la lignée des Udasins qui lui permettra d'intégrer l'ensemble des enseignements reçus.

De retour en Europe, il consacre plusieurs années à étudier la pédagogie de l'enseignement selon les points de vues des écoles de *Swami Shivananda*, *Lucien Ferrer*, *Nil Haoutoff* et *Sri T.K.V. Desikachar*, avant de commencer lui-même à enseigner.

Auteur du «Prince des Forêts», une adaptation du Râmayanâ, de deux films vidéo «Yoga Traditionnel 1 & 2» et d'un CD de chants sanskrits «Mantra Sâdhana», il a également traduit une dizaine d'ouvrages sur le yoga et la démarche spirituelle.

Nommé Président de la Fédération des Yoga Traditionnels en 1992, formateur de professeurs de Yoga, il s'applique à transmettre des enseignements authentiques alliant connaissance ancestrale et savoirs contemporains.

Inscription

Nom : _____ Prénom _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

Mail : _____

Stage : 100 €

Stage + Atelier : 120 €

Acompte obligatoire de 50 euros pour inscription

Bulletin à retourner, accompagné du paiement (acompte ou intégralité) à :
Marie-France ou Alain Mathieu
Association Educ-Yoga/Yoga et Loisirs
Villa Belvédère – route de Dampierre - 97 190 Le Gosier -