



## WEEK-END YOGA DU CACHEMIRE

Du vendredi 8 au dimanche 10 novembre 2024

**Lieu:** La Part-Dieu. Chartreuse d'exception près de Bulle en Suisse. Située en pleine campagne, possibilité de faire de nombreuses balades et profiter du magnifique domaine.

**Pratique:** méditation, postures, souffle et échanges / accessible à tous

Le yoga cachemirien est une pratique douce d'écoute sensorielle ; on ne recherche pas la performance mais la pose vide de résistances et l'écoute de ses possibilités et limites corporelles. Le stage commence vendredi à 18H30. Accueil dès 17H00.

- ◇ Méditation Sa/Di: 7:30-8:30
- ◇ Yoga Ve: 18:30-20:00 / Sa: 10:30-12:30 et 17:30-19:30 / Di: 10:30-12:30

**Tarif:** 480Frs. par personne

- ◇ 2 nuits en chambre double / supplément de 70Frs. en individuelle (selon disponibilité)
- ◇ Enseignement du yoga et pension complète de vendredi soir au dimanche midi  
La cuisine, vivante, faite maison pour découvrir la magie des goûts.

**Inscription:** [vanessa@vismaya.ch](mailto:vanessa@vismaya.ch)

**Transport:** en co-voiturage ou train jusqu'à Bulle, puis taxi ou co-voiturage (selon possibilités).

### Conditions:

Inscription validée dès réception de l'acompte : 250Frs. / Solde à verser au 15 septembre 2024

Frais si l'annulation survient :

Jusqu'au 15 septembre 2024: 30% sur l'acompte dès l'inscription

Entre le 16 et le 26 septembre: 30% du montant total

Entre le 27 et le 9 octobre 50% du montant total

Dès le 10 octobre 2024: 100% du montant total

En cas de difficultés financières, me contacter pour trouver un arrangement.