



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE HATHA YOGA

7 rue de Plaisance 75014 PARIS

« L'enseignement du Yoga Traditionnel »

## ANTENNE FFHY Sud Est

Rés. La Bruyère Bât. B1 – 1 ch. Colline St Joseph 13009 Marseille - Tél. 06 89 98 93 13

Courriel : [nicole.garcin.ffhyse@gmail.com](mailto:nicole.garcin.ffhyse@gmail.com) Site : [www.ecole-hatha-yoga-sud-est.com](http://www.ecole-hatha-yoga-sud-est.com)

### W.E. des 11 & 12 MAI 2019 à SANARY

#### Samedi :

13 H 30	Accueil - Installation dans les chambres	
<b>14 H 15</b>	<b>Infos</b>	
14 H 30 / 15 H 30	<i>Asana</i> – Elève 3 <sup>ème</sup> année	Géraldine LORBER
15 H 45 / 17 H 15	Anat. Physio : <b>Les organes des sens</b>	Stéphanie CASONI
17 H 45 / 19 H 15	Philo. / Tradition : <b>Les lettres, les sons, les Bija</b>	Alyette DEGRACES
19 H 30	Dîner	
20 H 45	<b>Dossiers élèves 3<sup>ème</sup> année :</b> Corinne PERROUX – Virginie PAVIE Micheline FARALDI – Evelyn FLOSI	L. LECOIN BARRELIER

#### Dimanche :

06 H 00	Ouverture : Bibliothèques mémoires et livres Vente des Livres	Claudine GALERA Christine TROUILLET
6 H 30 / 8 H 30	<i>Asana</i>	L. LECOIN BARRELIER
8 H 30 / 9 H 30	Petit déjeuner	
9 H 45 / 11 H 15	Philo. / Tradition : <b>Les lettres, les sons, les Bija (suite)</b>	Alyette DEGRACES
11 H 25 / 12 H 25	<i>Asana</i> – Elève 3 <sup>ème</sup> année	Nadia DECLA
12 H 30	Déjeuner	
13 H 45	Bibliothèques : Mémoires et Livres – Vente de Livres (suite)	Christine & Claudine
14 H 15 / 15 H 45	Fiche technique : <b>Pavanamuktasana – Pari Purna Muktiâsana</b> (Présentation : Elèves 2 <sup>ème</sup> année, Préparation : Elèves 3 <sup>ème</sup> année)	L. LECOIN BARRELIER
16 H / 17 H	<i>Asana</i>	Philippe GIORIS

#### IMPORTANT :

- Les élèves de 4<sup>ème</sup> année, préparation mémoire, auditeurs libres doivent s'inscrire au plus tard **le vendredi 3 mai 2019** auprès de Nicole GARCIN, tél. : 06 89 98 93 13 ou courriel : [nicole.garcin.ffhyse@gmail.com](mailto:nicole.garcin.ffhyse@gmail.com)
- Il est nécessaire de prévoir 1 tapis de yoga.
- Penser à vous munir d'un gobelet personnel pour les pauses qui sont également des instants importants de convivialité, de partage, d'échange et de découverte autour de vos recettes « Maison »

**REGLEMENTS** : uniquement par chèques bancaires (ordre FFHY Sud EST) : Hébergement **62 €** - Enseignement : auditeurs libres affiliés FFHY **63 €**, non affiliés **68 €** - affiliation FFHY **32 €** - Prépa-mémoire : Enseignement **58 €** - Affiliation élève /professeur FFHY **117 €**

Le 08/04/2019

