

WE de yoga à Roscoff 22 et 23 octobre 2016

Samedi de 10h à 22h* . Dimanche de 9h à 17h30

avec Ajit et Selvi SARKAR

«Les bases du yoga comme mode de vie intérieure, au quotidien et ensemble : une joie de servir l'essentiel »

**Consulter l'évolution sur le site :
yogavoieducoeur.fr
et inscrivez vous dès maintenant !**

Occasion précieuse de travailler avec Ajit et Selvi SARKAR, disciples de Sri Aurobindo depuis leur plus jeune âge. Tous deux ont formé des générations de professeurs de yoga et de danse indienne.

Nous pratiquerons postures, respiration, relaxation, mudra et mantra, danse...Enseignement et méditation. Ce stage a également pour objectif de venir en aide à l'école Vellai Thamarai. WWW. vellai-thamarai.org

Soutenez cette action culturelle et humanitaire et parlez-en autour de vous!

Salles Astan puis Rannic, Mathurin Méheut, près de la gare. **Roscoff**
(repas et repos à l'Athantor, 21 route de Perharidy, **Roscoff**.)

Participation : 120€, cette somme représente un an de scolarité pour un enfant de l'école Vellai Thamarai fondés par Ajit et Selvi Sarkar, **70 €une journée**).

***Conférence samedi soir gratuite**. De 20h30 à 22h .Venez nombreux !

*Dimanche 9h à 10h, méditation guidée, possible pour ceux qui ne viennent pas au stage.

Organisation pratique

Repas du samedi et **dimanche midi** :un partage de plats apportés par chacun, salé ou sucré.
Ou une participation de 8€, en prévenant , pour un repas simple préparé par l'athanor.

Samedi soir, repas végétarien 8€. **Inscrivez-vous avec précision !**

Hébergement : Possible pour un petit nombre, prévoir 15€par personne petit déjeuner compris. Draps ou sac de couchage.

Apporter : Tapis de yoga indispensable (carrelage!), paréo ou étoffe pour la détente.

Contacts :

Association Mosaïque michelemadhuri@gmail.com

02 98 69 75 40 ou 06 21 57 08 59

Association Etoile d'Harmonie mh.lav@orange.fr Tel : 02.97.65.54.49