

Réservation :

auprès de Solange Sublet,

Nom

Prénom

Nom

Prénom

Adresse

.....

.....

Mail

1 Personne

en chambre individuelle 942€

(-180€ en chambre double selon dispo.)

Couple

2 participants 1374€

1 participant 1174€

Récidiviste

1 pers 872€

Couple 1264€

Réservation définitive dès
réception d'un acompte de

250€/ personne,

De préférence avant le

30 Avril 2018

Chèque à l'ordre d':

éclat du soleil levant

Contact :

Solange SUBLET

99 rte de chez cady

74350 Copponex

06 18 06 74 98

eclatdusoleillevant74@yahoo.fr

www.eclatdusoleillevant74.jimdo.com

Les Gîtes du Courbier

07120 SAINT ALBAN AURIOLLES

http://www.lesgitesducourbier.com

Solange SUBLET

Solange SUBLET
06 18 06 74 98

Acupuncture &
Soins par le toucher
(méthode traditionnelle chinoise)
Harmonisations énergétiques

Eclat du soleil levant
99 route de chez Cady - 74350 Copponex
GPS: 46° 3'0.74 N - 6° 5'18.76 E



Les Gîtes du Courbier



Eclat du soleil levant

Vous propose l'alliance

Vacances - Bien être

Stage de YOGA en Ardèche



pratiques de ViniYoga,
en lien avec les Méridiens
énergétiques chinois

**Du 01 au 08
Septembre 2018**

Stage de YOGA En Ardèche

Intervenante :

Solange SUBLET

Diplômée national de Médecine Traditionnelle Chinoise (Acupuncture et Tui Na de l'école Amrita, Qi Gong médical de l'institut Ling)
Enseignante de Yoga (diplômée ETY, Ecole Viniyoga)

Pour qui ?

Tous niveaux de yoga voulant allier vacances et bien être
Et enseignants de yoga voulant compléter ses outils

Pour quoi ?

Pour faire un travail de rééquilibrage de l'ensemble du corps, sur 5j.
Pour avoir des pratique de Yoga à refaire selon la saison ou selon un inconfort spécifique.
Ou juste pour prendre soin de soi

Thème du stage :

Chaque jour :
un des 5 éléments sera abordé
Bois, Feu, Eau, Terre, Métal.

Ces éléments sont liés à chaque saison.
Des organes leur sont associés, nous en évoquerons les fonctions principales et le trajet de leurs méridiens

2 séances de yoga harmonisant l'élément seront proposées , une le matin et une en fin d'après midi

les repas seront adaptés à l'élément étudié

Organisation :

(celle-ci peut subir des modifications)

Arrivé le 01 sept.,
5 jours de stage du 02 au 06 sept.,
Départ le 08 sept.

Petit déjeuner

9-11h : Info pratique en lien avec l'élément, la saison, les organes du jour
11-12h : Séance de yoga

Déjeuner

Temps libre

16h30-18h : Séance de yoga

Dîner

Quelques Ateliers

Qi Qonq, Automassage,... Bien être seront proposés

Lieu :

Les Gîtes du Courbier

Classés 3 épis Gîte de France, dans un cadre agréable et reposant.

Sur une propriété de 8 hectares, avec piscine.

Ici la végétation est abondante :
chênes, buis, micocouliers...

Des vacances au chant des cigales.

Coût :

Hébergement et frais d'enseignement

	Prix	Détails
Hébergement 7j	374€	Par Chambre, 1 ou 2 pers .
Pension complète	225€	Par personne pour 5 j
Enseignement	350€	Par Participant
	550€	Par Couple
	- 20%	Pour Récidiviste ;-)

;-) Récidiviste = personne devenue addictée et souhaitant revivre le stage
- 7 nuits, en gîtes de 2-3 chambres,
lit simple ou double, taxe comprise
- 5j de pension complète,
(Boissons à prix coûtant non comprises)
+ 2 petits déjeuners offerts