

STAGE DE YOGA Animé par Sylviane GIANINA

Du jeudi 5 mai à 14h au dimanche 8 mai 2016 à 12h
Lieu : Le Bon-Pasteur à Angers

La rencontre à deux : miroir et catalyseur de transformation

Yoga signifie union, unité.

Dans ce sens le yoga est une discipline d'éveil et de retour à l'unité du Soi avec le Tout. L'expérience individuelle comprend des instants de clarté fulgurante qui alternent avec des moments où nous sommes obscurcis ou perdus et où nous nous cherchons. La quête de Soi naît et se nourrit du souvenir de l'unité qui nous habite et dont nous avons une nostalgie infinie. Elle se vit en solitaire.

Une autre signification du mot yoga est relation.

Le yoga est dans ce sens la manière unique dont nous nous sentons relié(e) à tout ce qui est, dans une expérience intime, unique et essentiellement subjective. Dans la relation avec nous-même, avec l'autre, avec le monde nous découvrons peu à peu qui nous sommes, chaque relation éclairant une ou plusieurs facettes de nous-même et nous permettant de les reconnaître.

La rencontre entre un(e) enseignant(e) de yoga et un(e) élève en relation individuelle se situe à la convergence des deux domaines, dans la relation à l'unité, dans cet espace multiple, indéfini, incertain, peut-être vaguement inquiétant qui met à nu tous les deux personnes, du moins si elles le permettent. Cette ouverture met à jour le Tout ou l'Un dans l'instant. Parmi les qualités requises de part et d'autre on trouve présence, disponibilité et confiance totales.

Durant ce stage, nous explorerons ensemble comment les sentir et les nourrir en nous, enseignant(e) et/ou élève, au moyen de nombreux exercices mobilisant le corps, les sens et le cœur, beaucoup moins la tête.

Je me réjouis de vous y rencontrer.

SYLVIANE GIANINA, sylvianegianina.com, formatrice Viniyoga et astrologue.

Elle a une vaste expérience internationale de la pratique et de l'enseignement du yoga, formée dans la tradition de T. Krishnamacarya et TKV Desikachar, elle s'enrichit des apports de nombreux enseignants.

Elle soutient une métamorphose révélatrice de Soi en individuel, cours et stages en France et à l'étranger.

Son talent est de faire vivre les plus hauts niveaux de conscience dans le corps.

MODALITES DU STAGE

Dates : du jeudi 5 mai à 14h00 au dimanche 8 mai à 12 h 00 (ce stage aura lieu pendant le week-end de l'Ascension). Accueil à partir de 13h30.

Lieu du stage : le Bon-Pasteur - 3, rue Brault (entrée rue Marie-Euphrasie Pelletier) situé à 5 minutes de la gare d'Angers Saint Laud.

Bus ligne n° 4 – IRIGO : site officiel des transports en commun.

Accès : En train : à 90 mn de Paris, 3h30 de Lille et à 3h45 de Lyon
En voiture : Autoroutes A11, A85, A87
Nantes-Angers : 45 min Rennes-Angers : 1h45
Paris-Angers : 2h30 Grenoble-Angers : 6h30
Par les airs : Aéroport Nantes Atlantique

Vos contacts à Angers :

- Marie-Noëlle GRAZILLIER : mngrazillier@yahoo.fr Tél : 06.71.83.32.80.
- Marc FRÉMEAUX : marc.fremeaux@laposte.net Tél : 06.41.94.10.17.
- **Brigitte GUILLOU** : guillou.brigitte@laposte.net **Tél : 06.36.84.98.91.**

Tarif adhérents FVI :

- **220 €** comprenant l'enseignement et l'hébergement **en pension-complète** pour les internes.
- **100 €** comprenant l'enseignement, **sans repas ni hébergement**, pour les externes.

Tarif non-adhérents FVI : *pour les pratiquants Viniyoga non professeurs ou pour les professeurs d'une autre tradition, l'inscription est possible à compter du 30 janvier 2016, dans la limite des places disponibles.*

- **270 €** comprenant l'enseignement et l'hébergement **en pension-complète** pour les internes.
- **150 €** comprenant l'enseignement, **sans repas ni hébergement**, pour les externes.

Le stage est réservé en priorité aux adhérents à la FVI, Fédération Viniyoga Internationale.

Montant de l'adhésion FVI : - **50 €** pour les professeurs.
- **20 €** pour les professeurs en post-formation.
- **10 €** pour les élèves professeurs en formation.

(Attention le chèque de l'adhésion doit être sur un chèque séparé de l'inscription au stage)

Vos contacts pour la Fédération :

- Marie Noëlle Grazillier ou Marc Frémeaux (coordonnées ci-dessus)
- Secrétaire : Béatrice CREUX : bea.creux@orange.fr



Bulletin d'inscription

A renvoyer à **Brigitte GUILLOU, 35 Rue de Pise, 49000 Angers, AVANT LE 28 MARS 2016.**

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Tél : Mail :

Nous vous remercions de joindre le règlement du montant du stage à l'ordre de « FVI »
(Pour l'inscription "adhérent" l'adhésion à la FVI doit être à jour : ci-joint bulletin d'adhésion).

A partir du 15 avril 2016 le montant de l'inscription ne sera pas remboursé

Adhérent Interne 220 €

Adhérent Externe 100 €

Non Adhérent Interne 270 €

Adhérent Externe 150 €

Si vous souhaitez des repas végétariens, veuillez cocher cette case

Si vous souhaitez des repas sans gluten, veuillez cocher cette case

Date et Signature :