

STAGE DETOX YOGA ET MOUVEMENTS

**3 JOURS POUR DETOXINER L'ORGANISME
ET APAISER LES TENSIONS**

**Du Jeudi 28 septembre 2023 (à partir de 17h)
Au Dimanche 1^{er} octobre 2023 (16h)**

Au programme :

- Pratiques de Yoga (Hatha et Yin)
- Souffle et relaxation
- Méditation
- Cohérence cardiaque
- Bain de forêt
- Auto-massages
- Ateliers naturopathie, alimentation Détox

**Dans une demeure authentique et de caractère au cœur de la Drôme,
le domaine des Chabriers : www.domainedeschabriers.com**

Nombre de participants limité. Inscriptions dans l'ordre d'arrivée
(minimum 6 et maximum 12 personnes).

Prix du stage comprenant :

- **L'hébergement en chambre partagée et les repas en alimentation détox (brunch à 11h et dîner à 17h),
du dîner du jeudi au brunch du dimanche : 240 euros**
- **Les enseignements en Yoga (Hatha et Yin) par Flora RICHARD et
les Pratiques Corporelles et Naturopathie par Valérie SCHUH : 330 euros**

Si vous souhaitez participer, merci de nous renvoyer le bulletin d'inscription ci-dessous.

Plus d'informations :

Valérie Schuh
0601303545
lavoixducors74@gmail.com

ou

Flora RICHARD
0682889845
flora.richard@me.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage de 3 Jours Detox Yoga et Mouvements

Animé par Flora RICHARD Et Valérie SCHUH

du Jeudi 28 septembre 2023 (Arrivée entre 17h et 19h)
au Dimanche 1^{er} octobre 2023 (fin de stage 16h)

Nom :

Prénom :

Adresse postale :

.....

Mail :

Téléphone :

Date :

Signature :

Règlement :

- Je règle les arrhes à l'inscription en espèces ou chèque de :
 - ⇒ 50% de la Pension Complète, soit 120 € à l'ordre de « Sarl Domaine des Chabriers »
 - ⇒ 30% des enseignements, soit 100 € à l'ordre de Flora Richard
 - ⇒ (acompte remboursé uniquement en cas de force majeure) à envoyer à :
 - Flora Richard, 165 route des Udrezants, 74110 Morzine
- Règlement à votre arrivée sur place en espèces ou chèque de :
 - ⇒ 120€ pour les 50% restant de la Pension Complète
 - ⇒ 230€ pour les 70% restant des enseignements (ou 200€ pour les inscrits avant le 15 août)
 - ⇒ prévoir 2 chèques ou des espèces : un pour l'hébergement et 1 pour l'enseignement

Informations complémentaires :

NOM - Prénom :

Age :

Expérience en Yoga :

.....
.....

Autres disciplines pratiquées (actuellement ou auparavant et combien d'années de pratique) :

.....
.....

Difficultés ou incompatibilités avec certaines pratiques du Yoga (en cas de doute, consulter votre médecin) :

.....
.....

Problèmes de santé ou antécédents médicaux :

.....
.....

Autres/Alimentation :

.....
.....