

## ÉCOLE DE YOGA D'ÉVIAN

### Basée sur le Yoga de l'Énergie

Le Hatha-Yoga enseigné à l'École d'Évian est le Yoga de l'Énergie.

C'est une des multiples formes de Hatha-Yoga, avec, dès le départ, une sensibilisation marquée aux énergies (Prāna). Les énergies sont manifestées par des ambiances différentes, le jour et la nuit, le soleil (Ha) et la lune (Tha), le ciel et la terre, le masculin et le féminin... Tout le jeu des complémentarités à la base des changements ! Ces forces complexes se rythment selon les saisons et influencent notre vie et nos fonctionnements internes. La circulation de l'énergie est un puissant moyen de bien-être. La pratique de l'École inclut les dimensions physique, vitale, mentale, psychique et spirituelle.

### Rythmée par les énergies de saisons

À Évian, l'enseignement de l'École est structuré dès la 2ème année sur les énergies de saison. À chaque saison correspond une ambiance dominante, un des cinq éléments, un Chakra, un des cinq sens, deux fonctions énergétiques couplées... Ceci colore toute la pratique : postures, respiration, relaxation, prānāyāma, méditation...

### L'originalité de l'école

Tout l'enseignement de l'École est centré sur l'expérimentation personnelle. L'anatomie-physiologie est concrètement vécue. Les textes de la tradition insufflent l'esprit de la pratique.

L'équipe des sept formateurs se réunit plusieurs fois par an pour un partage de pratique et pour enrichir de manière cohérente l'enseignement et la pédagogie de l'école.

## LES HORAIRES

samedi	dimanche
Accueil : 8h15	7h à 8h pratique 8h : petit-déjeuner
9h-12h : pratique 12h : déjeuner	9h-12h : pratique 12h : déjeuner
14h-19h : pratique 19h : dîner	14h-16h : pratique Fin du stage
20h30-21h30 : Causerie Partage	

### YOGA GESTION

#### Directeur

PHILIPPE LIATARD

#### Secrétariat Yoga Gestion

38 IMPASSE DU CONNÉTABLE ;

38880 AUTRANS

TÉL: 04 76 77 81 33

PORTABLE: 06 52 28 87 35

[secretariatyogagestion@gmail.com](mailto:secretariatyogagestion@gmail.com)

#### Sites internet

[www.yoga-energie.fr](http://www.yoga-energie.fr)



eye  
École de Yoga d'Évian

## WEEK-ENDS de yoga



évian 2017-18



YOGA DE L'ÉNERGIE

## WEEK-ENDS

### • Ayurvéda & Yoga

16-17 septembre 2017  
Lionel Narendra Das

### • Yoga Nidra selon la tradition védique

16-17 septembre 2017  
Martine Texier

### • Yoga Enfants & Yoga-Parents-enfants

16-17 septembre 2017  
Nathalie Héraut

### • Week-end énergie d'automne

07-08 octobre 2017  
Les 4 années de l'école

### • LES CHAKRAS - Purifier, harmoniser le corps de l'énergie

07-08 octobre 2017  
Géraldine Bôle-Lenoir - Post-Formation

### • Week-end énergie de transition

25-26 novembre 2017  
Les 4 années de l'école

### • Week-end énergie d'hiver

16-17 décembre 2017  
Les 4 années de l'école

### • YOGA NIDRA VEDIQUE

16-17 décembre 2017  
Martine Texier - Post-Formation

### • Week-end énergie toute saison

20-21 janvier 2018  
Les 4 années de l'école

## WEEK-ENDS

### • Au rythme de la Taittiriya Upanishad

17-18 février 2018  
Eliane-Claire THIERCELIN

### • Yoga Enfants & Yoga-Parents-enfants

17-18 février 2018  
Nathalie Héraut

### • Week-end énergie de printemps

10-11 mars 2018  
Les 4 années de l'école

### • Yoga des yeux

10-11 mars 2018  
Danielle Chambre - Post-Formation

### • Yoga Enfants & Yoga-Parents-enfants

07 et 08 avril 2018  
Nathalie Héraut

### • Science et Spiritualité

06, 07 et 08 avril 2018  
Andreas Freund & Martine Texier

### • Week-end énergie d'adaptation

05-06 mai 2018  
Les 4 années de l'école  
(WE demi-tarif pour les candidats à l'école)

### • Week-end énergie d'été

02-03 juin 2018  
Les 4 années de l'école

### • Synthèse des énergies de saison

02-03 juin 2018  
Philippe Liatard - Post-Formation

## INSCRIPTION

### Inscription

Si vous souhaitez vous inscrire, rendez vous sur notre site [www.yoga-energie.fr](http://www.yoga-energie.fr) à la page Inscription week-end & stage.

*Si vous ne pouvez vous inscrire en ligne, contactez le Secrétariat Yoga Gestion.*

### Tarifs

WEEK-END : 173€ + 7€ (ADHÉSION) = **180€**

### Lieu du stage

#### Côté Lac Évian

531 avenue de Neuvecelle 74500 Evian

### Information

Apporter un tapis pour la pratique, un coussin et une petite couverture pour les relaxations.

### Frais de pension

Vous devez réserver votre hébergement à :

**Côté Lac Évian**  
**531 avenue de Neuvecelle**  
**74500 Evian**

Le forfait hébergement-repas est à régler un mois avant le stage.

Vous pouvez payer par CB au : **04 50 75 35 87**.

Arrivée la veille ou chambre individuelle : prévoir un supplément et téléphoner à Côté Lac Évian.

Prix de la pension du week end en 2017 : **67,05 €**

Prix de la pension du stage d'été 2017 : **334,50€**

*Pas de remboursement en cas de désistement.*