

## Expérimenter la Santé

## Explorer la subjectivité

Qui est moi ?

Qui est je ?

Qui est soi ?

Avec le docteur Bruno Journe

## Stage au Domaine du Taillé,

Ardèche, 07200 Vesseaux « Villa Alto »

2023, dimanche 24 septembre 16 h, vendredi 29 12 h

### Le Yoga, méditer pour rencontrer l'essentiel "Être"

*Le Yoga, ce sont des mouvements pour équilibrer le corps,*

*Le souffle, des rythmes, des temps, ne rien forcer,*

*Découvrir l'état naturel, la tranquillité, la méditation,*

*Médecine et Yoga sont complémentaires, comme le microscope et le télescope.*

*L'un regarde de très près, l'autre de très loin, pour revenir à l'observateur : "Être"*

### Programme :

Méditations, exercices, pranayamas, entretiens,

7:30, 10:30, 18, 21 heures,

Prévoir des vêtements confortables en matières naturelles ! Vous trouverez sur place des tapis et des coussins.

### Inscription :

Nom :

Prénom :

Téléphone :

Adresse électronique :

Pour l'hébergement et la restauration, inscription et règlement se font avec le Domaine du Taillé, où vous choisirez votre chambre :

<https://www.domainedutaille.com/formations-et-stages/recherche/>

Téléphone 04 75 87 10 38

Les frais du stage, sont à régler à l'association, 480 € pour une personne, pour un couple 850 €.

Règlements par virement, chèque ou sur place

Association Médecine Yoga iban FR76 1820 6002 0365 0451 8712 290 swift AGRIFRPP882

Merci de nous adresser des arrhes de confirmation pour votre participation au plus tôt