**INSCRIPTION STAGE YOGA ET RANDONNEE A LA CHRYSALIDE**

**DU 5 AU 8 MAI 2022**

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone : E-mail :

Ce stage de 3 jours est l'opportunité de vous ressourcer, vous recentrer et vous harmoniser grâce à la pratique du **Kundalini Yoga**, des **Méditations** et **Relaxations sonores**, ainsi que des **Randonnées** quotidiennes le long de la Ria d’Etel.

Cadre naturel privilégié au bord de l’eau au Domaine de la Chrysalide sur la presqu’île de Fandouillec près d’Etel dans le Morbihan (à 1H30 de Nantes). Accueil chaleureux dans cette magnifique maison au toit de chaume, les pieds dans l'eau au bord de la Ria d'Etel. C’est un lieu propice au ressourcement, au bien-être et à tout travail en harmonie avec la Nature.

Délicieuse cuisine biologique et végétarienne de Geneviève. Cuisine sans gluten ni lait de vache, en cohérence avec le travail énergétique réalisé pendant ces quelques jours.

Possibilité de covoiturage. Nous organiserons les voitures dès que le groupe sera constitué.

**Stage animé par Nathalie FOIRET, Naturopathe, et Bernard AMILIEN, Sophrologue, tous deux Sonothérapeutes Professeurs de Kundalini Yoga certifiés par la Fédération de Tantra Kundalini Yoga (FTKY).**

Du Jeudi 5 Mai (arrivée entre 14H et 19H) au Dimanche 8 Mai vers 17H

TARIF STAGE : 240€

TARIF HEBERGEMENT ET REPAS: 80€ / j (à régler directement auprès de la Chrysalide)

INSCRIPTION : 80€ d’arrhes pour réserver votre place et le solde de 160€ à envoyer au plus tard le 15 Avril pour confirmer votre participation. Les chèques seront établis à l’ordre de NATUR’Ô ZEN à retourner avec cette fiche pour réserver votre place.

Fait à Nantes, le Signature