

Yoga sur Mer

Détente et bien-être



Séjours vacances
et yoga 2012

Sylt 2012

"Akademie am Meer", "Klappholtal"
www.akademie-am-meer.de

19 - 26 Août (7 N)

Cours de yoga 320 €
CHD 75 €, CHS 85 €

6 - 13 Octobre (7 N)

Cours de yoga 320 €
CHD 66 €, CHS 76 €

20 - 23 Octobre (3 N)

Cours de yoga 145 €
CHD 66 €, CHS 76 €

Hallig Hooge 2012

La maison du parc national
www.schutzstation-wattenmeer.de

28- Juillet - 4 Août (7 N)

Cours de yoga 320 €
CHD 58 €, CHS 78 €

Gomera 2012

Finca El Cabrito, www.elcabrito.es

1 - 8 Décembre (7 N)

Cours de yoga 280 €
CHD 67 € à 75 €, CHS 67 € à 95 €
Veuillez demander la liste de prix.

La Palma 2012

Finca El Morro
www.la-palma-seminar.com

16 - 23 Novembre (7 N)

Cours de yoga 295 €
CHD 53 € à 58 €, CHS 72 à 79 €

N = nombre de nuits, CHS = chambre
single, CHD = chambre double
La pension complète est comprise dans
le prix de la chambre ainsi que la taxe
de séjours.

L'inscription se fait par mail. Vous
recevez ensuite une confirmation avec
une facture de 50 euros. Le reste du
montant sera facturé 2 semaines avant
le stage.

Le voyage pour venir au stage, s'est
chaque participant qui l'organise. Il
n'est pas compris dans le prix. Le stage
commence sur l'île de Sylt à 17 heures
et se termine après le petit déjeuner.
Sur les autres îles nous commençons
selons les horaires des arrivées et des
départs des participants.

La journée de yoga: Nous pratiquons
le yoga pendant 4 heures, dans la
matinée et le soir. Après le petit déjeu-
ner nous commençons à 10 heures.
Pendant quelques après-midi il y aura
des visites, des randonnées ou des
massages (à payer en plus).

La nature: Faire du yoga au bord de
la mer s'est fantastique. Cela ouvre
l'horizon et les poumons. Se retrouver
en pleine nature, loin des routes, se
sont mes critères pour choisir les lieux
de stages.

Liberté: Le stage de yoga laisse assez
de temps libre pour soit-même. En plus
il n'y a aucune obligation dans le pro-
gramme proposé.

Qui peut participer?

Les vacances de Yoga s'adressent à
toutes personnes qui désirent se
détendre et se ressourcer. Aucune
connaissance de Yoga n'est néces-
saire pour participer. Il est surtout
important de faire les exercices
consciemment, ce n'est pas le savoir
faire ou la façon qui compte.

Information et inscription:

Katia Thomsen, Yoga sur Mer
Tel. 0049 172 43 46 384
Mail: thomsen@yogaammeer.de
www.yogaammeer.de

Tous les stages sont organisés et
dirigés par Katia Thomsen (stages
depuis 2003), franco-allemande.
Kundalini Yoga, Yin Yoga, Vinyasa
Yoga, Yoga Nidra et Shiatsu.



Amrum 2012

"Haus Eckart", villa 1900 à Wittdün
www.haus-eckart.de

1 - 8 Septembre (7 N)

Cours de yoga 320 €
CHD 57 €, CHS 66 €

Hiddensee 2012

Mer baltique, Süderhaus
www.suederhaus-hiddensee.de

26 - Oct. - 2 Nov. (7 N)

Cours de yoga 320 €
CHD 61,50 €, CHS 71,50