

## INFORMATIONS PRATIQUES

### TARIFS (prix par personne)

#### ● PASS SOLO ●

1 jr : 120€ / 2 jrs : 205€ / 3 jrs : 245€

#### ● PASS GROUPE (à partir de 3 adultes) ●

1 jr : 108€ / 2 jrs : 165€ / 3 jrs : 182€

Le Pass donne accès à l'ensemble des activités de la journée (exceptés les massages), et au repas du midi. Les transports et l'hébergement ne sont pas compris.

#### ●● Activités à la Carte

- Cours de Yoga (3h) : 60€
- Atelier (Chant ou Mandala - 2h) : 40€
- Conférence : 25€
- Méditation : 20€
- Repas indien ayurvédique : 15€/adulte, 8€/enfant
- Massages ayurvédiques : 30 mn : 15€ / 1h : 30€

### ESPACE ENFANTS

- **Pass espace enfants = 20€/ jour/ enfant.** Le pass donne accès à l'espace enfants et au repas du midi. *Attention : les parents doivent apporter les goûters.*
- L'inscription durant le temps d'un unique atelier pour adulte est gratuite.

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

**Simona Gentile - 06 74 34 50 33**  
[simona@yogsansara.org](mailto:simona@yogsansara.org)

CO-VOITURAGE POSSIBLE AU DEPART DE PARIS ET SYSTEME DE NAVETTES RELIANT LA STATION «LA BORNE BLANCHE» (RER D) AU LIEU DU STAGE : NOUS CONSULTER

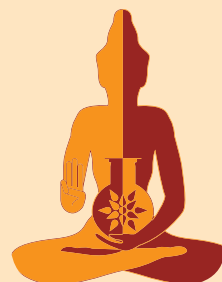
## LE LIEU DU STAGE



Le Festival a lieu dans le très beau parc du Centre Diocésain de Loisy, haut lieu spirituel depuis le Moyen-Age.

L'hébergement a lieu dans le château et dans les bâtiments annexes : un espace, en pleine nature, propice à un repos et un recueillement de grande qualité.

Découvrez le lieu et réservez votre hébergement sur le site : [www.loisy60.cef.fr](http://www.loisy60.cef.fr)



## YOGSANSARA

L'Ecole Yogsansara a pour objectif d'ouvrir les portes de l'Inde, du Monde du Yoga et de l'Ayurveda en favorisant le contact direct de ses élèves avec la culture du pays, notamment grâce aux sessions de yoga effectuées

chaque jour de stage et aux voyages mis en place chaque année en Inde du Sud et du Nord.

Tous nos stages sont transmis de manière authentique, dans le respect de la tradition indienne (essentiellement pratique et orale) grâce à la présence d'une équipe d'enseignants reliés à l'Inde et à sa riche philosophie de vie.

●●● *Yogsansara propose également : des formations en massages ayurvédiques, des stages de yoga, des consultations en astrologie védique, des conseils et bilans ayurvédiques et différents autres stages thématiques (pierres...).*

## FESTIVAL DE YOGA 2ème édition

29, 30 Juin et 1<sup>er</sup> Juillet 2012

FORET D'ERMENONVILLE



Centre Spirituel Diocésain - Loisy 2  
60950 VER SUR LAUNETTE

[www.yogsansara.com](http://www.yogsansara.com)

## UN BEL EVENEMENT ANNUEL 1ER WEEK-END DE JUILLET

### A LA DECOUVERTE D'UNE CULTURE

Yogsansara vous propose de découvrir la richesse du monde indien grâce à différentes activités organisées pendant trois jours.

#### 3 stages de Yoga (3h chacun)



Chaque jour, nous vous proposons un stage de yoga qui s'adapte à tous les niveaux. Il est toutefois indispensable d'être en bonne condition physique pour suivre ces cours. Une partie du stage est également dédiée à l'initiation à la philosophie du Yoga.

#### Repas Ayurvédiques (tous les jours de 13h à 15h)



Les menus ayurvédiques sont des repas végétariens préparés selon la tradition indienne avec des légumes de saison et des épices qui veillent à l'équilibre de tous les goûts pour une dégustation à la fois savoureuse et diététique. Ils sont accompagnés de thé indien.

#### Massages Ayurvédiques

Les massages que nous vous proposons durant cet événement sont des massages indiens de bien-être, non thérapeutiques et sans huile. Ils se pratiqueront sur des receveurs habillés.

### Espace Enfants - à partir de 4 ans

L'espace enfants sera ouvert tous les jours de 9h à 18h. Les parents pourront y laisser leurs enfants et profiter de leurs activités en toute quiétude. Tout le monde se retrouvera pour le déjeuner. Pour le quatre heures, les parents auront pris soin au préalable d'apporter le goûter.

#### Conférence (1h) et Méditation Guidée (1h30)

La conférence de cette année aura pour thème : «Histoire, lignées et différents types de Yoga». La méditation se fera assise (apportez un coussin pour être plus à l'aise, les personnes qui ne peuvent se mettre au sol pourront se mettre sur une chaise).



#### Le Chant Indien ou la Recherche de sa voie naturelle (2h)

Technique vocale qui travaille sur le souffle, la posture, le sens de la mélodie et de l'improvisation entraînée par des rythmes de musique traditionnelle.

#### Atelier Mandala (2h)

Pour participer il n'est pas nécessaire de savoir dessiner. Le mandala est un outil accessible à tous qui permet de donner une couleur à son état d'être du moment, de lâcher prise et de se détendre profondément.



## PROGRAMME ACTIVITES ADULTES

### VENDREDI 29 JUIN 2012

- 9h - 12h Cours de Yoga (tous niveaux)
- 13h - 15h Repas Indien Ayurvédique
- 15h - 17h Initiation au Chant Indien
- 17h30 - 18h30 Conférence

### SAMEDI 30 JUIN 2012

- 9h - 12h Cours de Yoga (tous niveaux)
- 13h - 15h Repas Indien Ayurvédique
- 15h - 17h Initiation au Chant Indien
- 17h30 - 19h30 Atelier Mandala

### DIMANCHE 1ER JUILLET 2012

- 9h - 12h Cours de Yoga (tous niveaux)
- 13h - 15h Repas Indien Ayurvédique
- 15h - 17h Atelier Mandala
- 17h - 18h30 Méditation guidée

- Tous les jours de 12h à 13h - Massages de bien-être ayurvédiques - UNIQUEMENT SUR RDV
- Tous les jours de 9h à 18h - Espace enfants

CALENDRIER ET INSCRIPTIONS :  
[www.yogsansara.com](http://www.yogsansara.com)