

INVITATION

SEMINAIRE DE YOGA AVEC YOGI BABACAR KHANE *Fondateur de l'Institut International de Yoga*

Du 12 au 16 mai 2010
MONT DE LA SALLE À CINEY (Belgique)

Raja-Yoga, Yoga égyptien, Kung-Fu, Pranayama, Méditation, Ch'i Kong
Applications thérapeutiques et préventives du yoga
Rajeunissement, Vitalité, Maîtrise de Soi, Yoga des yeux
Pédagogie, Recyclage, Perfectionnement - Institut de Formation reconnu par
l'I.Y.F.

Le séminaire est accessible à tous, débutants et pratiquants avancés, ainsi qu'aux élèves de l'Ecole de formation et aux professeurs déjà diplômés de l'Institut International de Yoga. Pendant les 4 jours, Yogi Khane donnera des cours de formation et de recyclage incluant la pédagogie, l'étude de grands textes sacrés, l'anatomie appliquée et les principes de l'ostéopathie pour les élèves de l'Ecole de Formation et les professeurs souhaitant se perfectionner ou se recycler.

Le lieu du séminaire

Le séminaire se déroule au Centre Lasallien, MONT DE LA SALLE, Avenue d'Huart, 156 à 5590 Ciney (tél : 083/212942)

Ce Centre, situé au cœur d'un grand parc et d'une nature généreuse, est un lieu idéal pour la pratique du yoga, paisible, agréable et d'une belle simplicité. Il dispose d'un parking et il est facilement accessible par la route et par le train (voir indications pour la route au verso) Il s'agit d'un grand bâtiment qui abrite les Frères Salésiens à la retraite. Notre logement, séparé de leur lieu de vie, se situe dans la partie dite « Classes Vertes ». La salle de yoga est lumineuse avec vue sur un petit jardin intérieur et sur le parc. Le Mont de la Salle est consacré à la Vierge Marie, il est possible d'assister aux offices des Frères ainsi qu'à la messe du dimanche.

À propos de l'hébergement et des repas

En pension complète, nous disposons de chambres de 2 personnes ainsi que de chambres individuelles (voir les conditions financières au verso.) Pour ce qui est des repas, ils se prennent dans un réfectoire qui ne manque pas de charme. Il y a moyen de manger végétarien (sans produits lactés, sans poisson ni viande). **Eau, café ou thé sont compris aux repas.** Les chambres sont accessibles via un ascenseur et se situent dans la même aile que le réfectoire. Couvertures, draps et taies sont fournis par le Centre **mais pas les essuies de toilette.**

Pour rejoindre le Mont de la Salle, Avenue d'Huart, 156 – 5590 à Ciney (Belgique)

En voiture :

En provenance de Bruxelles – Namur – Luxembourg par l'autoroute E411: sortie 20 bis (vers Ciney). Attention ! Double sortie (ne pas aller vers Philippeville Dinant mais bien vers Ciney). Prendre la N 97 (Ciney) : rouler jusqu'au rond point. Faire LE TOUR DU ROND-POINT (càd : repartir en sens inverse) et prendre la 1^{ère} sortie à droite (en direction de Achène). Au bout de la sortie, prendre à droite, le Mont de la Salle est d'ailleurs fléché vers la droite . Et très vite après, il faut prendre à gauche (traverser la route) car on est déjà au Mont de la salle. Entrer dans l'allée. L'entrée du bâtiment se trouve au bout, en face de l'allée. Nous vous indiquerons ensuite où garer la voiture. Compter 1/2-heure de route depuis Namur et 1 heure depuis Bruxelles (+/- 90 km). En venant de Paris : autoroute direction Bruxelles (A1). Après Mons (+/-10 km), l'autoroute se divise en deux Il faut suivre la direction Charleroi, Liège (E 42). Rouler environ 50 km et prendre la E411 en direction de Namur-Luxembourg.

En train :

La gare de Ciney (Place Emile Vandervelde, IZ à 5590 Ciney – 0032821196) se trouve sur la ligne SNCB : Bruxelles – Namur- Luxembourg. Les passages des trains sont nombreux. Elle est située à environ 1km du Mont de la Salle (le début de l'Avenue Huart se trouve à 100m environ de la gare.

En cas de problème, lors de votre voyage ou pour trouver le lieu :

Gsm de Mimy : 0472 38 67 47 ou Anne Marie : 0485 88 06 20

N'oubliez pas d'apporter :

...Matelas de sol, couverture, coussin pour le yoga
... Vos essuies ou serviettes pour la chambre

Toutes les chambres doubles ou single comportent WC et douche

Les cours débutent le jeudi à 9h30

Les autres jours à 9 heures pour se terminer vers 17h30 tous les soirs sauf le dimanche à 16H30

En règle générale, les cours d'élèves professeurs ont lieu de 20 à 22 heures du jeudi au samedi soir

Si vous ne participez pas au séminaire complet du mercredi soir au dimanche après midi :

Cette feuille-ci est à nous renvoyer complétée par une croix, selon vos choix dans la case correspondante et

accompagnée de la feuille d'inscription qui est à compléter par tous pour le 10 avril au plus tard

LOGEMENTS en pension complète :						
	Chambre à 2 lits d'1 personne	Chambre individuelle				
Prix par personne pour 4 jours dès le mercredi soir repas froid compris	215 €	245 €				
Arrivée le jeudi matin	190 €	220 €				
EN PLUS						
Uniquement les cours de Maître Khane :			Non-résident Forfait location salle avec repas midi et soir	Non-résident Forfait location salle avec repas de midi	Non-résident Forfait location salle avec repas du soir	Non-résident Forfait location salle, sans repas
Elèves professeurs ou professeur Ecole de Formation	275 € les 4 jours					
Tous les autres inscrits :	245 € 4 jours		92 €/ jour	84 €/ jour	82 €/ jour	72 €/ jour
Acompte	100€		40€	40€	40€	40€

En outre : les membres de l'Institut International, inscrits en tant que simple stagiaire, en règle de cotisations 2010

recevront sur place un bon de réduction de 25€ pource séminaire complet et un second à valoir lors de la participation à un autre séminaire de 5 jours suivis en 2010.

Ce bon n'est pas déductible des frais de cours des élèves professeurs

