

© Photos Isha Foundation



Retraite Isha Yoga du 22/07 au 24/07 dans un
village paisible du Brabant wallon

Yoga Méditation Nature Ayurvedic food



JOUR 1

Vendredi 22 juillet

Arrivée et accueil des participants à partir de 18h

19h à 20h: repas végétarien bio

20h à 21h30: Discours de bienvenue et introduction au yoga de Sadhguru

JOUR 2

Samedi 23 juillet

7h30 à 10h30: apprentissage des pratiques Isha

11h à 13h: Brunch végétarien bio + temps libre ou seva (offrande de soi-même)

13h à 16h30: activités/temps libre (balade en nature, lecture, repos, partage,...)

17h à 19h: pratiques Isha

19h à 20h30: repas végétarien bio + temps libre

20h30 à 21h30: vidéos inspirantes + cercle de partage

JOUR 3

Dimanche 24 juillet

7h30 à 10h30: pratiques Isha

11h à 13h: Brunch végétarien bio + temps libre ou seva (offrande de soi-même)

13h à 16h30: activités/temps libre (balade en nature, lecture, repos, partage,...)
+ pratiques Isha

18h: cercle de partage, pause thé et départ

Ce planning est donné à titre indicatif et peut être adapté en fonction de la météo ou autres circonstances extérieures.

COÛT

269euros en chambre partagée

299euros en chambre simple (nombre limité)

Ceci inclut les repas végétariens bio et toutes les activités

Acompte de 100 euros pour valider l'inscription

Possibilité de payer en plusieurs fois sur demande.

Politique de remboursement en cas d'annulation:

- Aucun remboursement ne sera accordé pour les annulations effectuées dans les 7 jours avant la date de début du programme
- Les annulations effectuées dans un délai de 14 jours (et plus de 7 jours) donnent droit au remboursement de 50 % du montant total moins les frais d'administration et de traitement de 10 %.
- Les annulations effectuées en dehors d'une période de 14 jours donnent droit à un remboursement des frais complets moins des frais d'administration et de traitement de 10 %.
- En cas d'impossibilité d'assister à un atelier en raison de circonstances exceptionnelles, l'inscription peut être reportée à un programme futur. Veuillez fournir une explication détaillée par e-mail en écrivant à info@karunaclassicalhathayoga.com
- En cas d'annulation de la part de l'organisatrice ou en cas de force majeure tel un confinement, le remboursement intégral ou des sommes déjà payées sera effectué.

REPAS

Les repas sont végétariens, simples et équilibrés préparés avec des produits frais et bio.

Une attention spéciale est accordée à offrir, dans la mesure du possible, des alternatives aux personnes souffrant d'allergies ou d'intolérances alimentaires.

SÉJOUR

Pour votre séjour, nous vous demandons d'apporter vos draps (du dessous, taie d'oreiller et housse de couette) et serviettes de toilette. En cas d'oubli, il est possible d'en louer pour 15 euros.

Oreillers et couettes ou couvertures sont disponibles sur place. L'emploi d'un drap de dessous et d'une taie d'oreiller est obligatoire même si vous avez un sac de couchage.

Apportez aussi votre tapis de yoga et un/des coussin(s) ainsi que des pantoufles pour circuler à l'intérieur.

LIEU

La maison du chemin des roches, Chemin des roches, 9 1370 Dongelberg.
Un endroit paisible avec toutes les commodités nécessaires.

Parking : Nous attirons votre attention sur le nombre limité de places de parking et l'importance de respecter la vie du village en vous garant uniquement dans le grand parking. Dans cette perspective et aussi pour favoriser la convivialité, nous vous encourageons vivement à covoiturer.

Si vous souhaitez un co-voiturage, nous pouvons trouver un arrangement avec les autres participants.

Transports en commun:

-Si vous venez en transport en commun, la gare la plus proche est Tirlemont (Tienen) ou bien Wavre avec ensuite un service de bus jusqu'à Dongelberg. Bus 23, ligne Jodoigne-Wavre, un bus par heure, 40 minutes de bus, arrêt Dongelberg centre.

-Soit par taxi (environ 45 minutes de l'aéroport de Bruxelles).

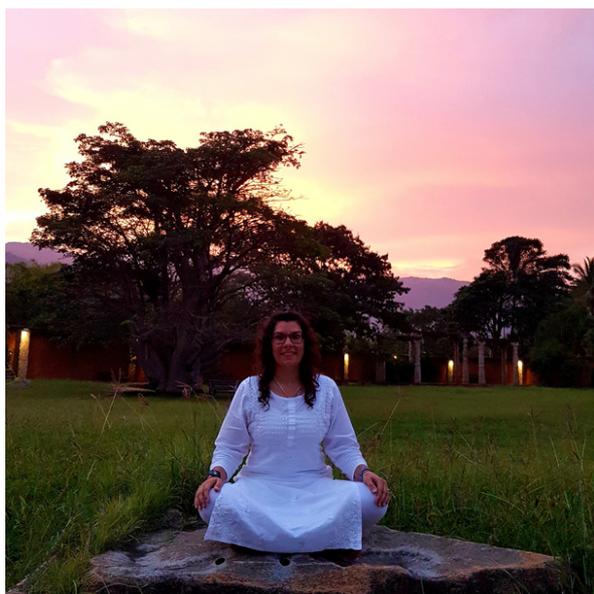
EN QUOI ISHA YOGA EST DIFFÉRENT?

La plus grande différence est que les pratiques d'Isha Yoga sont enseignées sur la base d'un processus spécifique transmis par le grand Maître spirituel Sadhguru.

LES AVANTAGES DE L'ISHA YOGA

- Aucune expérience de yoga n'est requise. Vous obtiendrez toutes les connaissances pendant les cours.
- Aucune compétence physique requise. Vous pratiquerez à votre propre rythme en fonction de vos propres capacités.
- Toutes les pratiques sont enseignées sous la forme d'un atelier de plusieurs heures.
- Une fois terminé, vous pouvez pratiquer par vous-même où que vous soyez. C'est un réel avantage avec le rythme de nos vies actuelles.
- Il s'accompagne également d'un processus énergétique et spirituel complet qui transformera votre vie à différents niveaux.
- Une fois terminé, vous garderez les pratiques pour la vie et serez en mesure d'explorer nouvelles dimensions.

VOTRE ENSEIGNANTE



Maria Luisa Rispoli formée et certifiée par Isha Hatha School of Yoga de Sadhguru avec 1750h de formation intensive de 21 semaines au Centre Isha Yoga de Coimbatore en Inde du Sud.

Une formation unique, structurée de façon précise où la science du yoga est transmise en profondeur.

Karuna Classical Hatha Yoga a pour but de transmettre le yoga de l'Isha Hatha School of yoga dans sa forme la plus pure afin d'éveiller les consciences et d'encourager les gens à vivre la vie

qu'ils souhaitent. Sa démarche est de vous partager la valeur de ces outils de transformation pour que vous en fassiez l'expérience et que vous atteignez la joie dans votre quotidien.

Le yoga est un véritable outil qui vous permettra de choisir votre vie en conscience.

INFOS ET RÉSERVATIONS

info@karunaclassicalhathayoga.com ou au +32478982495 ou via le site karunaclassicalhathayoga.com

QUELQUES PHOTOS DU LIEU



Certified by

