

Le yoga est plus un état d'esprit  
qu'un ensemble de techniques

Une once de pratique vaut mieux  
qu'une tonne de théorie

Le véritable yoga n'est pas  
ce qui se voit de l'extérieur

Un professeur enseigne plus  
par ce qu'il EST  
que par ce qu'il sait

Nous avons une obligation  
envers l'humanité,  
c'est de transmettre le yoga

Tenter de réaliser l'état de yoga  
à chaque instant,  
là où nous sommes.

*André Van Lysebeth*

**Centre de séjour Le Rocheton  
Rue du Rocheton  
77000 MELUN-LA ROCHETTE**

**.ACCES depuis PARIS**

**Par la route :**

Autoroute du sud A6, direction Lyon, **sortie 12**  
Saint Fargeau Ponthierry, Melun, La Rochette.

Ou

Prendre Autoroute A5 direction Melun.

*(Un plan détaillé sera joint à la confirmation  
d'inscription).*

**Par le train :**

Départ Gare de Lyon (départ grandes lignes)  
Direction Melun- durée 30 mn

Ou

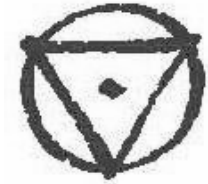
RER D en direction de Melun.

En arrivant à la gare de Melun prendre **Bus TRAM**  
ligne F (direction La Rochette) et descendre à l'arrêt  
Le Rocheton / Stade

---

Le centre international de séjour est implanté en Ile  
de France, à 45 mn de Paris, en bordure de la forêt  
de Fontainebleau, dans un parc boisé de 10 hectares.

**ECOLE DE YOGA  
VAN LYSEBETH**



**STAGE D'ETE RESIDENTIEL  
30 Août au 2 Septembre 2018  
Au Rocheton à Melun (77)**

**HATHA YOGA  
PRANAYAMA  
SHANK PRAKSHALANA  
Randonnée en forêt**

**Stagiaires en formation  
et auditeurs libres**

**EYVL : 06 84 34 70 64  
eyvl@laposte.net  
www.yogavanlysebeth.com**

## PROGRAMME\*

### Jeudi 30 Août 2018

- 9h Accueil et mise en place  
9h30—12h30 Prânayama et Pratique posturale  
12h30—18h Randonnée, pique-nique en forêt  
21h Méditation

### Vendredi 31 Août 2018

- 7h—8h Prânayama et Méditation  
9h30—12h30 Prânayama et Pratique posturale  
15h—18h30 Les nettoyages : Théorie  
Nettoyage des oreilles  
Jala Neti  
Vamana Dhauti  
Préparation à Shank Prakshalana  
Yoga Nidra  
21h Veillée / Méditation

### Samedi 1er Septembre 2018

- Matinée : Pratique de Shank Prakshalana  
Après midi: Détente et Yoga Nidra

### Dimanche 2 Septembre 2018

- Matinée Pratique douce du yoga et  
Bilan du stage  
14h **Fin du stage**

\* Tous les intervenants font partie de l'équipe pédagogique de l'EYVL.

\* Un programme détaillé vous sera donné sur place



## VOTRE SEJOUR :

Les repas et l'hébergement sont prévus sur place (chambre à 2 ou 3 lits). Parking gratuit.

### Pensez à apporter:

Votre serviette de toilette  
Votre tapis de yoga,  
Un coussin pour les temps d'assise,  
Une couverture pour la relaxation,  
Un bloc note et un stylo

**RAPPEL:** Les stagiaires de la formation EYVL ont l'obligation de suivre un stage d'été tous les ans dans le cadre de leur formation.

Ce stage est ouvert aux **auditeurs libres** désireux de découvrir ou d'approfondir le Hatha Yoga tel que l'enseignait André van Lysebeth. ( dans la limite des places disponibles)

## FICHE D'INSCRIPTION

### Stage du 30 Août au 2 Septembre 2018 de l'Ecole

À découper et renvoyer  
avec vos 2 chèques à :

EYVL YOGA  
17 rue Cler  
75007 PARIS

NOM.....

PRENOM.....

ADRESSE.....

CODE POSTAL.....VILLE.....

PAYS.....

Email.....

TELEPHONE.....

### Coût du stage : 590 €

(comprenant : logement, repas, enseignement)

### Votre inscription est effective à la réception des 2 chèques et de la fiche d'inscription

Joindre :

- un chèque d'arrhes de 290 € encaissé dès réception
- Le solde de 300 € débité le 1er Août 2018
- Possibilité d'arrivée la veille du stage (48 Euros en plus)
- Je souhaite un reçu comptable

virements étrangers code IBAN:

Banque Postale Paris  
759000 PARIS CEDEX 15 France  
FR 33 2004 1000 0119 3632 0 B02 055  
BIC: PSSTFRPPAR

**Désistement :** En cas de désistement après le 30 Juin 2018, le montant de l'acompte restera définitivement acquis à l'EYVL. En cas de désistement après le 1er août 2018, l'intégralité du coût du stage est conservée par l'EYVL.

Date et signature