

IFY Espace Nord vous propose un week-end animé  
par Elisabeth Rémy, formatrice IFY  
les 1 et 2 juin 2024 sur le thème :

## Les guna : au cœur de l'évolution

Au Centre Spirituel du Hautmont  
31, rue Mirabeau 59420 MOUVAUX

### INFORMATIONS PRATIQUES

« Le traité du SÂMKHYA KÂRIKÂ propose une explication du monde qui a inspiré de nombreux textes de yoga, dont les Yogasûtra et la Bhagavad Gîtâ. Les guna y jouent un rôle essentiel en participant des multiples changements de la nature manifestée.

Ces trois qualités – sattva/éclairante, rajas/activante, tamas/densifiante – sont présentes en nous au niveau du corps, du souffle, des sens et du mental ; elles fondent nos perceptions, nos pensées et nos actions. Le yogi, motivé par une démarche de transformation, ne peut les ignorer. Il s'agit de reconnaître leur influence et de s'en faire des alliés. »

Elisabeth Rémy



**Horaires** : Samedi : 9h – 18h et Dimanche : 9h – 16h

#### **Tarifs**

- Enseignement du week-end = 125 € (y compris la location de la salle).
- Pour les élèves en formation avec E. Rémy ou A. Joly une réduction de 25 € est offerte montant à payer = 100 €.

#### **Hébergement et/ou repas**

##### Chambres avec sanitaires (petit déjeuner inclus) :

- 1 personne seule : 44 € la nuit + 45 € pour 3 repas = 89 €
- 2 personnes dans la même chambre : 33 € la nuit par personne + 45 € pour 3 repas = 71 € - Une nuit supplémentaire + 44 € (1 personne), + 33 € (2 personnes)

##### Chambre sans sanitaire (petit déjeuner inclus) :

- 1 personne seule : 34 € la nuit + 45 € pour 3 repas = 79 €
  - 2 personnes dans la même chambre : 26 € la nuit par personne + 45 € pour 3 repas = 71 €
  - 3 personnes dans la même chambre : 23 € la nuit par personne + 45 € pour 3 repas = 68 €
- Une nuit supplémentaire + 34 € (1 personne), + 26 € (2 personnes) ou + 23 € (3 personnes)

Si vous le souhaitez : serviettes et draps en plus + 4.50 et + 6.50 €

- Repas, uniquement les 2 repas midi = 30 €

**Date limite de réservation (pour les repas et hébergement) : le 10/5/2024**

**Date limite de réservation (sans repas ni hébergement) : le 26/5/2024**

Pour toute information, contactez-nous !  
 ifyen.evenements@gmail.com  
 06 33 26 36 06

### Inscription obligatoire (de préférence par virement)

#### Par virement :

- 1ère étape : je m'inscris par mail en envoyant le bulletin d'inscription (scan ou photo) à Philippe TIRANT : [ifyen.evenements@gmail.com](mailto:ifyen.evenements@gmail.com)
- 2ème étape : je paie par virement à IFYEN la somme de 125 € + le repas au n° de compte suivant : FR76 16706 05067 50129206001 77 en indiquant dans l'intitulé du virement : votre nom et prénom, l'intitulé du stage (Elisabeth Rémy) et sa date.

Ou à défaut, par courrier : j'envoie mon bulletin d'inscription + un chèque (libellé au nom de IFY Espace Nord) à :

Philippe Tirant, Résidence Arbonnoise, appt 320 - 92 rue des Stations,  
 59800 LILLE

- Attention aux délais postaux.
- Dès réception du paiement : votre inscription est validée !
- Si vous n'êtes pas encore adhérent : l'adhésion annuelle de 15 € est à rajouter au virement ou au chèque.

### Merci de respecter les dates limites de réservation.

Information sur les données personnelles : nous vous informons que les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement par IFYEN. Les données traitées sont conservées pendant 2 ans après le terme de votre adhésion puis sont archivées. Vous disposez de droits sur les données vous concernant, contactez directement IFYEN par mail à [ify.espacenord@gmail.com](mailto:ify.espacenord@gmail.com). Vous pouvez également exercer un recours auprès de la Commission nationale de l'informatique et des libertés (CNIL) directement sur son site Internet : [www.cnil.fr](http://www.cnil.fr).

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

TEL (portable de préférence) :

EMAIL :

Nom de votre professeur :

Entourez vos choix :

- Je paie le week-end du 1 et 2/06/24 = 125 € (+ 15 € pour les non adhérents)
- Elève en formation, je paie = 100 €
- Je paie l'hébergement en pension complète et j'indique le montant et le nombre de personnes dans la même chambre

Chambre sans sanitaire =

Chambre avec sanitaire =

Je prends serviettes et/ou draps en plus = 4.50 et/ou 6.50 €.

- Je prends les 2 repas = 30 €

TOTAL A PAYER =

Règlement en date du .././.... par virement  ou par chèque

Je souhaite un reçu au nom de :

Droit à l'image : des photos peuvent être prises pendant le week-end, si vous vous opposez à leur utilisation dans les publications d'IFYEN, cochez la case

**En cas d'annulation après la date limite du 10/5/2024 et jusqu'à 8 jours avant le début du week-end : 50 % du montant du week-end seront retenus (pour couvrir les frais de l'intervenant et de location de salle). De 7 jours à la date du week-end : pas de remboursement.**