

YOGA

Ecole De Yoga Normandie

Association Manche Yoga

Élisabeth Remy

Professeur de yoga et de chant védique

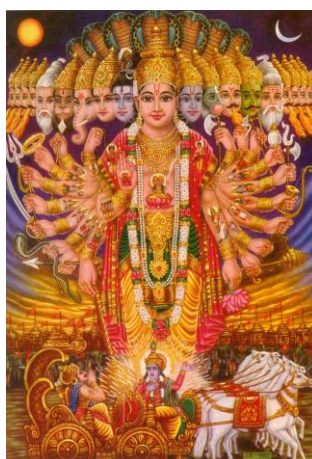
Formatrice d'enseignants de yoga reconnue par l'Institut Français de Yoga et l'Union Européenne de Yoga

Dans la tradition de Krishnamacharya et TKV Desikachar



Cycle d'étude

La BHAGAVAD GÎTÂ



De septembre 2025 à juillet 2026

PARIS

NORMANDIE

Ce texte se réfère à des aspects fondamentaux de la pratique du yoga, pour que le yogi d'aujourd'hui engagé dans la vie quotidienne puisse cheminer en conscience et de plus en plus librement.

Programme de la seconde année : chapitres 12 à 18

Rappel de la première année

Mise en perspective des enseignements de la BG avec les Yoga sūtra. Deux pratiques de yoga par jour (étude des postures du groupe B, prânâyâma et dhyâna en lien avec les thèmes abordés), ateliers en relation à l'étude enrichissant les échanges.

Description du Cours

4 week-end : - 3 en présentiel du samedi 9h au dimanche 16h;

20/21 septembre 2025, 14/15 mars 2026 à l'AUBERGE DE JEUNESSE YVES ROBERT 75018,
13/14 juin à l'ABBAYE DE VALOGNES.

- 1 en visio du vendredi 18h45 au dimanche 12h : 23/24/25 janvier 2026
 - 1 stage de 5 jours du dimanche 19 au 24 juillet 2026 en Normandie.
- La Post formation sera confirmée à partir de 12 inscrits.

Nuitées à réserver directement auprès de l'Auberge de Jeunesse ; Repas auprès d'Elisabeth.
Réservations pour l'Abbaye et le stage d'été gérées par Elisabeth.

Tarifs et inscription

Renseignements auprès d'Elisabeth babette.remy@free.fr ou par téléphone 02 33 04 13 72

Enseignement : année 2 intégrant le stage d'été : 600 €

Stage seul été 2026 : 300 €, 4 week-end sans stage : 400 €

Hébergement, repas, location salle en supplément. + adhésion IFY (si non adhérent, environ : 15 €).

Acompte à joindre à l'inscription : 100 €. L'acompte n'est pas remboursable après le 20 août 2025.

BULLETIN D'INSCRIPTION

BHAGAVAD GÎTÂ

2025-2026

A retourner à Elisabeth REMY 18 Hameau Baudretot 50690 VIRANDEVILLE

NOM :

PRÉNOM :

ADRESSE :

TÉLÉPHONE :

Email :

Pratique de yoga (ancienneté, école...)

Souhaits éventuels pour cette année

J'adhère à IFY en tant que professeur / membre actif

Je souhaite adhérer à IFYEN et joins à l'inscription un chèque de 15 € à l'ordre d'IFY EN.

ANNÉE 2 Je m'inscris pour : Année 1 complète : 600 € ()

4 week-end sans stage 400 € ()

Stage Été seul 300 € ()

() Reçu demandé à l'ordre de ...

Je joins 100 € d'acompte à l'ordre d'Elisabeth REMY pour confirmer mon inscription.

Date :

Signature :