



**TARIF 300 €**  
qui comprend :  
enseignement : 250 €  
location de la salle : 50 €

**Geneviève**  
JEANNIN-SASSOLAS



a découvert le Yoga à l'âge de 18 ans et le transmet depuis plus de trente ans en cours collectifs, individuels et stages.

Sa formation est issue de la tradition VINIYOGA ; c'est une approche qui privilégie la personne en prenant en compte ses aspirations, ses possibilités, sa santé. Sa pratique est centrée sur le corps, le souffle, le mental à la recherche de l'instant présent dans sa plénitude.

A également été institutrice pendant 8 ans et a expérimenté le yoga et la relaxation auprès de ses élèves.

Parallèlement au yoga, elle a travaillé d'autres techniques corporelles et de développement personnel. Elle s'intéresse à la méditation dont elle découvre quotidiennement les pouvoirs.

#### ADRESSE

• Salle de YOGA : Club de L'Île aux Dames  
5 Bd Folke Bernadotte - 78230 LE PECQ

• Repas et jardin :  
32 Avenue du Centre - 78230 LE PECQ

#### ACCES

RER A - Gare Le Vésinet - Le Pecq  
10 mn à pied

#### INSCRIPTION

Renvoyer le bulletin ci-joint, accompagné d'un chèque d'acompte de 100 € à l'ordre de G. JEANNIN-SASSOLAS.

#### ANNULATION

Possible à tout moment, toutefois l'acompte versé ne sera plus remboursable en cas d'annulation de votre part à compter du 10 juin 2017.

*Pas d'hébergement prévu*

Renseignements complémentaires, auprès de

**Geneviève JEANNIN-SASSOLAS**

**01.34.80.01.62**

**06.16.76.60.93**

genevieve.sassolas@libertysurf.fr

yoga-relaxation78.com



**Geneviève**  
vous propose

**YOGA**

et plénitude de SOI

STAGE 3 JOURS AU PECQ  
25 - 26 - 27 Juillet 2017

# Yoga et plénitude de SOI

## DATES DU STAGE

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Comment passer de la posture de yoga ...  
à la plénitude de SOI ?

**Pas de recette miracle, une expérience à vivre  
et à s'offrir au coeur de l'été.**

Nous déclinerons le yoga dans tous ses aspects; de la posture avec respiration consciente, aspect le plus connu, à l'élévation du niveau d'énergie et de conscience avec un mental plus apaisé pour atteindre cette plénitude de SOI, telle un cadeau offert par la VIE.

Stage ouvert à celles et ceux, apprenti(e)s chercheurs, curieux de la VIE avec ces aléas et prêts à vivre l'instant présent sur un tapis de yoga, au contact de la nature.



**Mardi 25 - Mercredi 26 - Jeudi 27 Juillet 2017  
de 9h30 à 18h00**

Le lieu à proximité de la Seine est propice au calme et au ressourcement.

Nous utiliserons la grande salle du Club de l'Île aux Dames ainsi que le jardin en fonction du temps.

Nous déjeunerons ensemble en **partageant 2 plats que vous aurez apportés sur les 3 jours**, selon les modalités que je vous communiquerai lors de votre confirmation d'inscription.

Une pause après le repas pour profiter du lieu et des bords de Seine est intégrée au stage.

### Programme :

- 9h30 - 13h00 : Yoga avec collation
- 13h00 - 15h30 : repas partagé, pause lecture, promenade, sieste ...
- 15h30 - 18h00 : Yoga dans l'énergie du moment



Nom : Prénom :

Né(e) le :

Adresse :

Tél. :

Portable :

Courriel :

*Je m'inscris au stage  
« Yoga et plénitude de SOI »  
les 25, 26 et 27 juillet 2017  
et je verse un acompte\* de 100,00 €*

Date :

Signature :

*\*cet acompte ne sera plus remboursable en cas  
d'annulation de votre part après le 10/06/17*

A envoyer à :  
Geneviève JEANNIN-SASSOLAS  
32 Avenue du Centre - 78230 LE PECQ