

STAGE DE YOGA - THEME : DE LA RELAXATION A LA MEDITATION
DU DIMANCHE 19 JUILLET AU VENDREDI 24 JUILLET 2026

Séjour près de Saverne à Notre-Dame-de- Reinacker situé sur un lieu de pèlerinage depuis le XVe siècle, patrimoine du Pays de Marmoutier confèrent à ce lieu un atout exceptionnel pour un temps de ressourcement.

*Lieu propice pour se poser et expérimenter les techniques conduisant **de la relaxation à la méditation**, alternance de pratique et de théorie.*

Cuisine végétarienne préparée sur place.

Chaque journée comportera 7 heures de cours, elle commencera par une pratique matinale à type d'échauffement, puis continuera en alternant pratique et théorie puis se terminera par une relaxation le soir.

Aperçu photographique du lieu sur le site : <https://www.notredamedereinacker.fr/>

Pour tous renseignements supplémentaires sur la semaine de stage : CERFY - 11 avenue Robert Schuman - 57000 METZ - ☎ 03 87 74 47 74

Enseignement :

- 300 € *à titre individuel et privé.

- Tarif prise en charge par la formation professionnelle 440 €*.

** TVA non applicable - article 293 B du CGI*

Du dimanche 19 juillet à partir de 18 h au vendredi 24 juillet 17 h.



BULLETIN D'INSCRIPTION :

A retourner à : CERFY - 11 avenue Robert Schuman - 57000 METZ - ☎ + 33 3 87 74 47 74

Siret n° 75400654200023

« déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 44570420757 auprès du préfet de région Grand-Est »

CERFY est certifié Qualiopi au titre de la catégorie : action de formation.

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone : Profession :

Email :

Nombre d'années de pratique de yoga

Cocher la case correspondante :

☐ **Je m'inscris à la semaine du 19 au 24 juillet 2026 en tant que :**

☐ **Elève de la formation de professeurs de Yoga**

☐ **Auditeur libre.**

☐ **Accompagnant sans enseignement.**

☐ **Pension-complète (75,00 €/jour x 5) = 375 € (en chambre double)**

☐ **Supplément chambre individuelle (5 €/nuit x 5 = 25 €)**

(taxe de séjour en sus 0.80 € par nuit)

➤ **Je joins un chèque de 300 € (à titre individuel et privé) ou de 440 € (tarif prise en charge formation professionnelle) pour l'enseignement à l'ordre de CERFY (encaissé après le stage)**

➤ **Un chèque de 15 € pour la cotisation annuelle à l'association à l'ordre de Cerfy.**

➤ **L'hébergement sera réglé directement sur place.**

J'autorise la publication de photographies prises au

cours du stage pour illustrer le site internet ou reportages

oui ☐

non ☐

Je certifie qu'aucun médecin ne m'a déconseillé la pratique de cette activité.

Date :

Signature :