

**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**

**[cerfy-formation@yoga-metz.com](mailto:cerfy-formation@yoga-metz.com) - 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 €/nuits 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 :**