

YOGA, CHAMANISME et BIOENERGIE
DU 13 AU 15 MAI 2022

**Libre de nos croyances...
Vivre pleinement notre chemin de vie !**



Prendre sa place dans sa vie, être juste dans son interaction avec le monde. A partir de ce que nous sommes et de notre but de vie, nous pouvons briller, éclairer notre environnement. C'est de notre individualité et en prenant la place qui est la nôtre, que le monde devient plus juste et harmonieux. Pour vivre pleinement ce chemin de vie, nous vous proposons de :



- Retrouver vos croyances
- Rechercher votre chemin et but de vie
- Vous libérez de croyances
- Ancrer et incarner votre chemin de vie



Nous vous invitons à cette exploration lors d'une retraite en pleine nature à travers : **le yoga, les méditations, les voyages au tambour, les outils chamaniques, une initiation en bioénergie ...**
Repartez avec votre tableau de visualisation et divers outils à continuer d'expérimenter sur votre chemin ...

Ouvert à tous-tes, aucun prérequis !

**Dates : Vendredi 13 mai à 9h30 au Dimanche 15 mai à 17h30.
Possibilité d'arriver le Vendredi 13 mai à 20h**

**Lieu : Le magnifique Gîte de Marbois, en Ariège, proche de St Girons :
<https://www.gite-de-marbois.com>**

Tarif : 390 € tout compris (enseignement, hébergement et pension complète sauf vendredi façon auberge espagnole) ou 300 € si arrivée le vendredi soir.

**Contact : Amandine Malbert : 06 63 31 82 62 / amandinemalbert@yahoo.fr
[/https://www.chemin-yoga-toulouse.com](https://www.chemin-yoga-toulouse.com)**



Les intervenants :



Paquita Segado



Félix Ballezio et Amandine Malbert

Paquita Segado est professeure de yoga, certifiée de l'Institut Français de Yoga (IFY) et formée par Bernard Bouanchaud. Elle a commencé à pratiquer le yoga après un séjour en Inde, il y a 22 ans et le transmet depuis 6 ans. Sa quête spirituelle l'a menée vers d'autres horizons et notamment jusqu'au chamanisme.

Félix Ballezio étudie depuis 2 ans à l'école chamanique de Laurence Guillou. Il pratique ces outils chamanes dont la psycho-énergétique, lors de ses consultations. Ce cheminement vient après 8 ans d'études et de recherches d'herboriste, de reiki, de décodage biologique, d'hypnose.

<https://www.facebook.com/felix.ballesio>

Amandine Malbert est professeure de yoga, certifiée de l'IFY, dans la tradition de T. Krishnamacharya et de son fils T.K.V. Desikachar. Formée par Bernard Bouanchaud, elle poursuit sa post-formation auprès de Colette Hersnack ainsi que divers formateurs de yoga. Elle pratique le yoga depuis 20 ans et le transmet depuis 9 ans.

Paquita et Amandine enseignent le viniyoga, un yoga doux qui s'adresse à tous et s'adapte à chacun en fonction de ses spécificités, à l'écoute bienveillante de ses limites et de ses ressources. Le yoga est un chemin de connaissance de soi et du monde. Cette exploration se réalise au travers de divers outils : postures de yoga, techniques respiratoires, méditations, gestes symboliques, chant, yoga nidra, philosophie du yoga... dans le but de renouer avec sa Joie Profonde.

Programme à titre indicatif, pouvant évoluer à l'écoute du besoin du groupe :

Vendredi 13 mai :

9h30 : Accueil

10h-11h45 : Présentations de chacun, du stage, des croyances et distribution des numérologies.

11h45-13h : Pratique de yoga et méditation autour du ressenti et du lâcher prise

13h-14h30 : Déjeuner façon auberge espagnole

14h30-17h30 : Méditation, questionnaire, exploration de ses émotions pour trouver ses croyances et échanges

17h30-18h30 : Méditation active d'Osho

18h30-19h30 : Voyage au tambour et échange

19h30- 21h : Dîner façon auberge espagnole

Samedi 14 mai :

7h30-8h45 : Pratique de yoga et méditation autour de l'harmonisation des chakras

9h-10h : Petit déjeuner

10h-12h15 : Pratique bioénergie autour de la ligne harique

12h30-14h30 : Déjeuner

14h30-15h30 : Yoga nidra sur l'harmonisation des chakras et philosophie du yoga autour des croyances, de la libération...

15h30-17h : PNL pour se libérer des croyances

17h-17h30 : Transe Danse

17h30-18h30 : Voyage d'intégration au tambour et échange

19h30-22h : Dîner et soirée festive de partage

Dimanche 15 mai :

7h30-8h45 : Pratique de yoga et méditation pour incarner son chemin de vie

9h-10h : Petit déjeuner

10h-12h30 : Tableau de visualisation

12h30-14h30 : Déjeuner

14h30-15h30 : Pratique de la ligne harique

15h30-16h : Transe Danse

16h-17h : Voyage au tambour et échange

17h-17h30 : Rituel de fin de stage

Nombre de stagiaires limité à 12.

Modalités d'inscription :

Pour valider votre inscription, merci de remplir le bulletin d'adhésion ci-dessous et de le renvoyer par courrier postal avec un chèque d'acompte de 90 €, à l'ordre : « Le chemin du yoga » et à l'adresse suivante : Amandine Malbert / 15 rue du Colonel Toussaint / Bât A3 / Appt 22 / 31500 Toulouse.

Le chèque d'acompte sera encaissé en début de stage.

Pour toutes questions, contacter : Amandine Malbert : 06-63-31-82-62

Bulletin d'inscription :

Je m'inscris au stage : « Yoga, chamanisme et bioénergie » du 13 au 15 mai 2022.

Nom :

Prénom :

Date de naissance (pour le calcul de votre chemin de vie) :

Intolérances alimentaires :

Tél. :

E-Mail :

Adresse postale :