

Séminaire Yoga du Cachemire/Connaissance de Soi

Du samedi 22 au mardi 25 Août 2026

Proposé par Aurélie Gendron

A Ville-Saint-Jacques (77) entre Fontainebleau et Nemours

Arrivée Samedi matin ou la veille et départ mardi après déjeuner. (Possibilité de faire seulement le week-end). Au cours de ces quelques jours nous ferons du Yoga, des ballades, nous écouterons des musiques, partagerons des causeries et du silence. Ce temps est une dédicace à la détente, à la beauté, à la joie d'être vivant. Vous aurez le détail du programme à votre inscription.

Aussi, il est important que vous ne soyez pas bloqué par la question du coût qui bien souvent est prohibitif tout en restant respectueux des besoins ; moi de vivre et Aubert d'amortir son lieu.

Le tarif de ce séminaire est fixé à :

200 euros pour l'enseignement auquel il vous faudra ajouter votre hébergement qui se découpe selon plusieurs tranches :

70 euros / nuit chambres individuelle avec SDB

50 euros/ nuit chambres double avec SDB

40 euros/ nuit chambre triple avec SDB

20 euros/ nuit sous la yourte (matelas prévus)

Les repas sont préparés par vos soins et partagés : chaque personne apporte du salé et du sucré (fruits/légumes/tartes salées/cake/fromage/pain...) et on se prépare ça très simplement selon les élans et disponibilités des participants. Je fais le point 10 jours avant le séminaire et je répartis qui apporte quoi. En tous les cas, pas de stress. Je propose cela car faire appel à un traiteur ajoutera un important surcoût.

Vous pouvez apporter votre tapis, sachez qu'il y en a sur place. Une piscine pour les amateurs est à disposition, le chemin de Saint Jacques de Compostelle à quelques pas, des chambres spacieuses et pleins de petits coins pour se ressourcer seul ou à plusieurs.

Avec joie de vous accueillir, inscription au 06.82.16.84.54 - <https://oser-se-rencontrer.fr>

Aurélie

