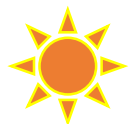


Festival de musique sacrée :

Vingt-cinq ans, un quart de siècle depuis le lancement de la première édition du Festival de Fès des Musiques Sacrées du Monde. Un Festival qui a apporté sa contribution au fil des temps au dialogue des cultures.



Informations pratiques :

Transport : aéroport de Fès (Sais) puis transfert en navette de l'aéroport jusqu'à la Médina. Départ le 11 juin pour arriver à 18h30. Retour le 16 juin. Le stage se termine après la séance de yoga et le petit déjeuner.

Pensez à vérifier votre assurance rapatriement.

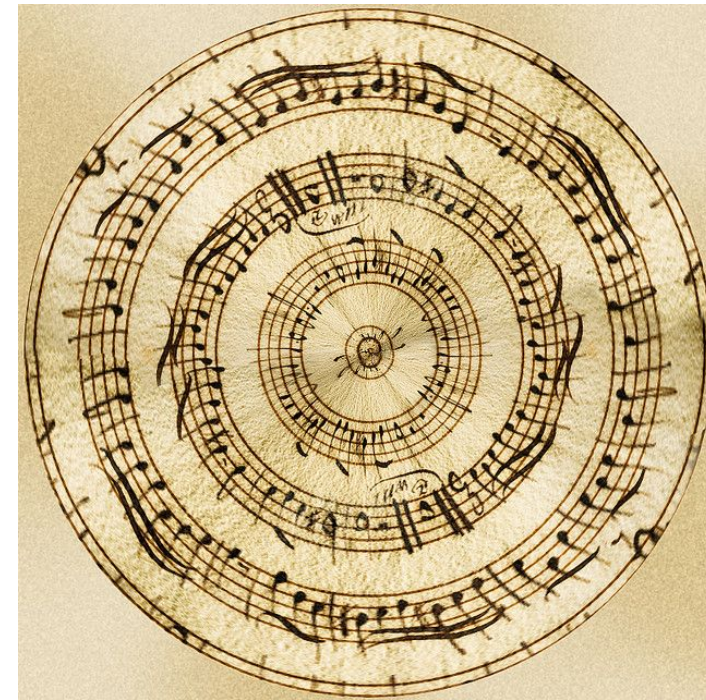
Hébergement : Riad LALA ZOUBIDA 23, Derb Salaj, Batha – 30200 FES - MAROC

L'hébergement se fera en chambre double ou triple. La chambre individuelle est sur demande avec un supplément. Les draps sont fournis.

Matériel : serviette de toilette, tapis de yoga, chaussure de marche pour visiter la Médina.

Tarifs :

- ❖ Pédagogie et visite : 280€ (prévoir un supplément pour les entrées des concerts)
- ❖ Hébergement en demi-pension : 290€
- ❖ Adhésion assoc Anwaryoga : 10€



Stage yoga

« Le sacré au quotidien »

**Festival de la musique sacrée
A Fès
Du 11 au 16 Juin 2020**

Programme du séjour :

Journée type :

7h30 à 8h30 : séance de yoga

8h30 à 10h00 : petit déjeuner et temps personnel.

10h00 à 11h30 : travail autour du thème « l'écoute et le sacré au quotidien. »

11h30 à 16h00 : visites culturelles

16h00 à 18h30 : concerts musique sacrée

19h00 à 20h00 : diner

21h : possibilité de concerts en soirée

Une demi-journée sera consacrée à une balade en forêt ou hammam dans la tradition marocaine.

Objectifs :

Développer sa capacité de présence à soi et à l'autre à travers le yoga et la musique sacrée.

Redécouvrir l'intérêt des rituels et du sacré dans l'écoute de soi et de l'autre au quotidien.

Contenu :

Les pratiques de yoga, yoga du son, yoga nidra et méditation contribueront à préparer l'écoute de la musique sacrée, qui nous conduira au silence et à une présence attentive à notre environnement.

Un texte méditatif accompagnera notre démarche de réflexion sur l'importance de restaurer les rituels et le sacré dans cette relation à soi et aux autres.

Encadrants :

Katia El Aouane : professeur de yoga diplômée de la FNEY. Elle a effectué des voyages en Inde afin d'aller en pèlerinage sur des lieux sacrés et connaître les origines du yoga. La cuisine est une passion qu'elle partage avec plaisir à de nombreuses occasions.

Thierry Jumeau : professeur de yoga, certifié en yoga thérapie et en relaxation. Il forme des relaxologues et propose des ateliers qui articulent la relaxation et la créativité.



Nous vous informons qu'à moins de 8 participant(e)s le séjour sera annulé.

Bulletin d'inscription :

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

.....

Code postal :

Ville :

Numéro de tél. :

E-mail :

Je m'inscris au stage de yoga « le sacré au quotidien » du 11 au 16 juin 2020.

Je règle 280€ à l'ordre de l'association ANWARAYOGA et 290€ pour l'hébergement. Le tout est à adresser à Katia EL AOUNE 8 rue Chateaubriand 92320 CHATILLON.

Nom et N° de tél d'une personne à contacter en cas de nécessité

.....

Date :

Signature