
STAGE D'ÉTÉ

ouvert à tous

du dimanche 09 juillet
au vendredi 14 juillet 2017



SAVITA YOGA
AVEC
G. M. TIMCAK ET I. SEDLACEK



Fédération Inter-enseignements De Hatha Yoga
322, rue St Honoré – 75001 Paris - Tél 01 42 60 32 10
fidhy@orange.fr - www.fidhy.fr
Association régie par la loi de 1901

IVO SEDLACEK

Musicien et professeur de yoga, expert en mantra

Il a étudié à la Faculté de Musique de Prague avec le Professeur Vaclav Snitil. Pendant 5 ans, il a étudié la musique indienne avec les musiciens les plus connus (N.Rajam, Sangeeta Shankar, Dinkar Kaikini, Hariprasad Chaurasia et d'autres). Ensuite, il a développé son propre style qui unit plusieurs instruments de musique créant ainsi une atmosphère unique et une expérience



profonde pour le public. Aujourd'hui, il joue en concerts, anime des ateliers et séminaires sur la thérapie musicale, Savita Yoga, nada Yoga et mantras. Il travaille dans son propre studio d'enregistrement professionnel.

GEZA M. TIMCAK

Professeur de yoga et auteur de plusieurs livres sur le Yoga

Il a participé au développement du Savita Yoga, il est Président de l'Association Slovaque du Yoga et Président de l'Association du Progrès du Yoga. Il enseigne en Europe et en Asie. Ses activités concernent aussi l'Union Européenne de Yoga.

SAVITA YOGA

Il s'agit d'un système qui unit le yoga traditionnel, le pouvoir des mantras et de la musique

Il s'inspire du Hatha Yoga, Nada Yoga, Mantra Yoga, Swara Yoga et de grands maîtres de Yoga. Le but est de nous rapprocher de notre centre spirituel et ainsi permettre la réalisation de Soi.

Les ateliers sont animés par la musique live (violon, tampura, percussions, monocorde, bols tibétains, guitare, flûte...)



L'enseignement a lieu en anglais avec traduction simultanée en français.

DÉROULEMENT

**Le stage commence le 09 juillet, accueil à partir de 17h.
Il se termine le 14 juillet après le déjeuner.**

Matériel : pensez à amener vos tapis, couvertures, coussins...



*N'oubliez pas maillot et serviette de bain,
le gîte dispose d'une piscine extérieure
commune*



Dimanche

17h Accueil des participants et installation
19h30 Dîner

Lundi – jeudi

6h00-6h30 Nada yoga méditation
6h45-7h30 Shatkarmas
8h15-9h00 Petit-déjeuner
9h15-10h15 Pratique : nata mudras, saravhittasanas, makarasanas
10h15-12h15 Pratique : asanas, théorie, pranayama, relaxation, méditation
12h30 Déjeuner
14h30-15h00 Relaxation avec musique et mantras
15h00-18h00 Introduction aux chakras et tattvas selon Savita Yoga, Savita prana
shuddi et Savita méditation avec musique
19h30-20h30 Dîner
21h00-22h00 Théorie, Questions et réponses

Vendredi

Le programme s'arrête à 12h00.

TARIFS ET INSCRIPTION

Membre de la Fidhy (à jour de la cotisation 2016/2017) :

- Enseignement 500 €
- Hébergement (en pension complète)
 - chambre de 2 avec douche palière 245 €
 - chambre de 3 avec douche palière 230 €
 - supplément chambre avec douche +15 €

Les stagiaires de nos écoles bénéficient de 20% de réduction.

Non-membre : supplément de 20 € sur le prix total

Le règlement se fait en 2 chèques : acompte et solde. Le chèque d'acompte de 50% du prix total (enseignement + hébergement) est encaissé dès réception. Le solde est encaissé au début du stage. Votre place est réservée à la réception de votre fiche d'inscription accompagnée de ces 2 chèques.

Désistement : En cas de désistement après le 31 mai 2017, le montant de l'acompte restera définitivement acquis à la Fidhy.

Lieu : Gîte « La Magnanarié » – 712 route de Buisson – 84110 Villedieu

----- à compléter et à renvoyer à la Fidhy avec votre règlement -----

NOM Prénom

Adresse

Tél Mail

- Je m'inscris au Stage d'Été de la Fidhy du 09 au 14 juillet 2017
- Je désire le protocole pour la formation continue
- Je joins 2 chèques à l'ordre de la Fidhy :

Acompte : €

Solde : €

Date et signature
