

FICHE D'INSCRIPTION

À remplir et à retourner à
Dominique Brenguier

NOM : -----

PRÉNOM : -----

ADRESSE : -----

MOBILE : -----

COURRIEL : -----

☐ Je confirme mon inscription par un chèque
d'acompte de 250 € à l'ordre de Dominique
Brenguier ou par un virement sur mon
compte IBAN FR76 1780 7000 3203 2195
1980 034

*« J'ai vu une fleur sauvage,
quand j'ai su son nom,
je l'ai trouvée plus belle. »*

Haïku japonais

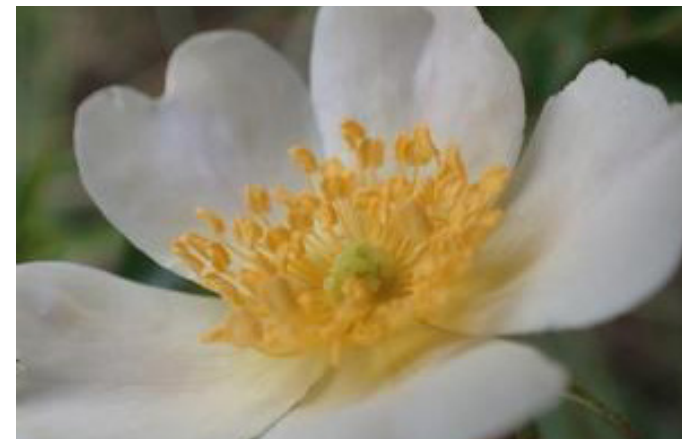
C O N T A C T

Dominique Brenguier
28 bis, route de St Simon
31100 Toulouse
mobile : 06 83 19 43 86
Courriel : dominiquebrenguier@gmail.com

YOGA et Balades Botaniques

à Rodellar, Aragon, Espagne
du 24 au 29 mai 2026
avec Dominique Brenguier
et Véronique Labergère





YOGA ET BALADES BOTANIKES EN SIERRA DE GUARA

YOGA

- Les pratiques de yoga, dans la lignée de Krisnamacharya et Gérard Blitz, auront lieu le matin, et en fin d'après-midi.
- Elles seront proposées en relation avec les balades botaniques.
- Le stage est ouvert à tous, débutants et expérimentés.
- Apporter votre coussin. Il y a des tapis de yoga sur place.

BALADES BOTANIKES



Ces balades botaniques seront un moment de découverte des fleurs de la Sierra de Guara.

- Notre projet est de reconnaître et d'approprier quelques fleurs sauvages, afin qu'elles deviennent des amies que nous pourrions ensuite mieux admirer.
- Nous pourrions confectionner un petit recueil aide-mémoire.

■ TARIF 520 €

■ Hébergement en pension complète en chambres partagées à l'Aparthotel Valle de Rodellar.

■ L'enseignante de yoga, diplômée EFYMP, professeur titulaire de la FNEY : <http://www.le-fil-du-yoga-toulouse.com/cours-de-yoga-a-toulouse-avec-dominique-brenguier>

■ Balades botaniques accompagnées par Véronique Labergère, enseignante de yoga, amoureuse et admiratrice des fleurs et de la nature.

