

5^{ème} édition : Yoga et Cure vitale de printemps

**Du dimanche 21 avril 2019 à partir de 18h
au samedi 27 avril 2019 à 14h**

Tout en profitant des bienfaits du Yoga, offrez vous une cure de 5 jours sans aliments solides, pour une mise au repos des organes digestifs, avec une préparation détoxifiante à base de jus de citron et de sirop d'agave. La semaine, véritable cure de jeunesse, s'articulera autour de pratiques de yoga, méditation, notions de naturopathie et de conseils en nutrition. Des temps libres seront également programmés pour des marches en forêt ou des visites de la région.

Les intervenants :

à confirmer : une jeune naturopathe, qui s'est soignée de poly-arthrite rhumatismale par le jeune



Christine Marchyllie enseigne le Yoga depuis 1990, est diplômée de l'Ecole Française de Yoga Midi Pyrénées (Yoga de Madras), affiliée à la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga (FNEY), et a

suivi également une formation à la relation d'aide selon Carl Rogers.

Site internet : www.le-fil-du-yoga-toulouse.com

Lieu : gîte en Ariège

Pour un groupe de 8 à 12 personnes.

Coût : 490€, plus adhésion à l'association Soham-Volvestre 10€ (comprenant l'hébergement, les repas de début et fin de cure, et l'enseignement). Hammam ou sauna à prévoir en plus.

Arrhes de 180€ par chèque à l'ordre de Association Soham-Volvestre, à adresser à Christine Marchyllie, Melat et Catalasses, 09230 Ste Croix Volvestre, **avant le 10 février 2019**, avec vos NOM, Prénom, adresse mail, et n° de téléphone (les arrhes ne seront encaissées que le 22 avril 2019, et ne pourront être remboursées qu'en cas d'annulation justifiée).

Pour plus d'informations(programme détaillé) et inscription :
par téléphone : 06.88.98.39.65 / 05.61.64.09.13
ou par mail : christine.marchyllie@wanadoo.fr,