

# **Stabilité – Liberté**

**Samedi 19 et dimanche 20 janvier 2019  
avec Dominique ADDA**

Ne nous est-il jamais arrivé, à chacun d'entre nous, de goûter ces instants merveilleux après une pratique, où tout nous semble simple, léger ? Portés par une stabilité mystérieuse, nous nous abreuvons à une liberté prometteuse de tous les possibles. Dans le silence du mental, nous sommes là. Libérés du faire et du penser.

C'est l'état de Yoga dans lequel la Vie a trouvé en nous tout l'espace qu'elle mérite.

Cet état n'est hélas pas habituel dans la vie courante pour la plupart d'entre nous. Mais le yoga nous aide à relever le défi : faire dialoguer librement stabilité et liberté.

Tel est le projet ambitieux de ce WE que nous allons partager tous ensemble !

## **Dominique ADDA**



En 1983, après des études en pharmacie et la naissance de son troisième enfant, elle se forme auprès de Bernard BOUANCHAUD. Elle continue dans un esprit de recherche avec Peter HERSNACK et s'enrichit lors de différentes rencontres auprès de ses collègues et lors de différents séjours à Chennai.

Elle a à cœur de transmettre toute la richesse de l'enseignement de TKV Desikachar en respectant ses racines occidentales.

En parallèle, elle passe un diplôme universitaire d'accompagnement des malades atteints de maladie génétique et de leur famille à l'hôpital de la Salpêtrière.

Professeur et formatrice à l'IFY, le partage et la transmission est au cœur de son enseignement afin de permettre à chacun d'avoir accès à sa propre créativité et de l'offrir aux autres.

**Ce stage est une post-formation ouverte aux professeurs. Et aux élèves en formations.**

**Adhésion à IFYMP ou à une autre association régionale de l'IFY obligatoire (\*). **Modalités pratiques au dos****

**Lieu :** Le Parc aux Papillons, 102 chemin Français, 31600 LHERM

**Les repas seront pris en commun avec ce que chacun aura apporté.**

**Possibilité de dormir sur place. Informations et réservation chez M. HERBINET au 06 15 900 200.**

**Horaires :** Samedi : 9h30-12h30 / 14h00-17h30      Dimanche : 9h00-12h00 / 13h30-17h00

**Tarifs :** 80€ le weekend - 70€ le samedi **La présence aux deux jours est souhaitée il est néanmoins possible de ne venir que le samedi.**

**Toute inscription ne sera prise en compte qu'à réception du chèque de participation à la formation.**

Votre chèque ne sera encaissé qu'au moment du stage. En cas de désistement moins d'une semaine avant le stage, votre chèque sera conservé (sauf si votre annulation est due à une raison majeure).

Si vous rencontrez des difficultés d'ordre financier, n'hésitez pas à nous contacter.

**Renseignements et inscriptions :** [stages@ifymp.org](mailto:stages@ifymp.org)

**Validez votre inscription en envoyant avant le 6 JANVIER 2019 le coupon réponse ci-dessous, accompagné du (des) chèque(s) à Ellen SPILLMANN, 23 rue de l'Aqueduc, 31500 TOULOUSE.**

Je désire participer au weekend du 19 et 20 janvier 2019 animé par Dominique ADDA. Je joins un chèque de 80€ ou 70€ pour le samedi et (si non adhérent à l'IFYMP ou à une autre association régionale IFY) un chèque de 15€ à ce coupon :

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

Adresse :

le chèque de règlement du stage de 80€ ou 70€ à l'ordre de l'IFYMP - **Obligatoire pour valider votre inscription**

le chèque d'adhésion à l'IFYMP de 15 € - **Adhésion à l'IFYMP ou à une autre association régionale IFY obligatoire**

\* Les documents relatifs à l'adhésion sont disponibles sur <http://www.ifymp.org/adhesions> (cliquer sur Bulletin adhésion élèves)

Je souhaite recevoir un reçu papier attestant de la participation au stage  Oui  Non - **Si oui, précisez à quels nom et adresse il doit être établi.**

Nom :

Adresse :