



**L'IFYMP, Institut Français de Yoga Midi-Pyrénées un stage sur le thème**

## **YOGA -Transformation et renouvellement**

**Le week-end Samedi 18 et Dimanche 19 Mars 2023 à Toulouse**

**Animé par Martyn NEAL**

Pourquoi le printemps est-il associé au renouveau ?  
Pourquoi le yoga préconise-t-il un changement conscient de point de vue ?  
Avons-nous réellement le choix de direction ?

Avant nous, tant d'êtres humains se sont posés des questions sur leur existence, les cycles de la Nature et le sens de la Vie. Le yoga, de par son ancienneté et ses pratiques, offre une voie à la fois sûre et pragmatique pour nous accompagner dans nos interrogations métaphysiques, nos difficultés quotidiennes et notre quête d'être heureux.



### **Martyn Neal**

La manière dont TKV Desikachar transmettait le yoga était basée sur une relation individuelle de longue durée avec ses élèves. Il s'appuyait également sur la non-standardisation de la méthode et des techniques. Il a confié à ses disciples occidentaux le soin d'adapter l'enseignement en fonction de leur culture. Et il était très ouvert..

Ayant eu le privilège d'être son élève pendant plusieurs décennies, je souhaite aborder avec vous ce beau thème dans l'esprit de l'enseignement reçu et dans une fidélité libre, telle que je l'ai perçue chez lui.

Je vous présenterai mes idées et j'écouterai les vôtres. Nous aurons l'occasion également de pratiquer des postures, techniques respiratoires et du chant.

Martyn Neal est membre du collège des formateurs de l'Institut Français de Yoga et il enseigne dans la lignée de TKV Desikachar, avec qui il a étudié le yoga pendant plus de trente ans.

**Stage ouvert à tous les pratiquants de Yoga.**

Adhésion à IFYMP ou à une autre association régionale de l'IFY obligatoire  
Renseignements et inscriptions : [stages@ifymp.org](mailto:stages@ifymp.org)



**Lieu : Dojo de la VOIE DES HOMMES**, 8, rue Claude Gonin, 31400 TOULOUSE  
Au cœur du quartier de Montaudran, le Dojo est très facile d'accès en voiture ou en transport en commun.

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

**Tarif 110€ le week-end.** Voir bulletin d'inscription

**Toute inscription ne sera prise en compte qu'à la réception du chèque (par ordre d'arrivée) 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.

**Matériel à apporter** – Tapis de yoga - coussin - plaid - de quoi écrire – chaussettes/chaussons (salle parquet)  
**Papier et stylo pour prise de notes.**

Sur place : Deux vestiaires à votre disposition (hommes-femmes)

### **Repas**

Traditionnellement, c'est un moment de convivialité fort apprécié autour d'une immense nappe. Nous partageons les repas sur place avec ce que chacun a apporté . Pensez à apporter vos boissons préférées (non fournies), gobelet, couverts. Petit-four prévu pour réchauffer plat.

### **Parking gratuit**

La salle se trouve au fond de l'impasse du 8 rue Claude Gonin. Il n'y a que trois places de stationnement possibles au fond de l'impasse (réservées à l'intervenant & équipe organisatrice). *Important : ne pas se garer au fond de la rue face ou à côté garage sur votre gauche – Entreprise ouverte le samedi.*

**Il est recommandé de se garer sur le parking du Lidl à proximité.**

### **Accès**

L'accès est très facile, tant par le périphérique intérieur (sortie 20) que par le périphérique extérieur (sortie 18).

L'accès peut se faire aussi par transport en commun -> de la Gare Matabiau puis L22 terminus Gonin, et par le métro (ligne B et L8).

## Bulletin d'inscription

Stage w.end du **18 et 19 mars 2023** animé **par Martyn Neal.**

**date limite des inscriptions 24 Février 2023**

- 1) Pré-réservez votre place par mail ([stages@ifymp.org](mailto:stages@ifymp.org))**
- 2) Validez votre inscription en envoyant ce bulletin accompagné du (des) chèque(s) à **Nicole Mialosque, Apt 9, 40 Rue de Negreneys, 31200 Toulouse.****

*(si non adhérent à l'IFYMP ou à une autre association régionale IFY – joindre également un chèque de 17€ à ce coupon)*

Prénom \_\_\_\_\_ Tél : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

*(Merci de bien vouloir écrire de façon lisible, particulièrement l'adresse mail en majuscule.)*

Adresse :

Règlement :

chèque 110€ d'inscription au stage à l'IFYMP **votre inscription n'est prise en compte qu'à réception de votre règlement.**

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

chèque 17€ d'adhésion à l'IFYMP - **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 une attestation de ma participation au stage  Oui  Non - **Si oui, précisez à quels nom et adresse il doit être établi.**

Nom :

Adresse :