



Isabelle Mullie
06 85 78 53 22
isabelle.mullie@gmail.com

André Rivoire
06 12 70 14 14
a.rivoire@orange.fr

RETRAITE de PRINTEMPS 2023

YOGA IYENGAR®

**du vendredi 28 avril 2023, 18h
au lundi 1^{er} mai 2023, 14h.**

La retraite de printemps que nous organisons se déroulera à **SAINT ANTOINE L'ABBAYE**, dans les locaux de la communauté de l'Arche.

Il débutera vendredi 28 avril à 18 heures et se terminera lundi 1^{er} mai après le repas de midi.

L'inscription au stage comporte deux volets. L'un concerne l'enseignement, l'autre concerne l'hébergement et l'adhésion à l'Association de l'Arche. Comme l'année dernière, vous devrez d'abord vous inscrire à l'enseignement auprès de nous par le formulaire en ligne ci-dessous pour recevoir ensuite les instructions pour vous inscrire auprès de l'Arche pour l'hébergement.

Les deux inscriptions devront être complètes pour valider votre participation.

1. INSCRIPTION A L'ENSEIGNEMENT : 220€

(date limite d'inscription : 8 avril 2023)

INSCRIPTION :

Cliquez sur le lien ci-dessous :
[Formulaire d'inscription Google](#)

Si vous rencontrez des difficultés avec le formulaire en ligne, vous pouvez imprimer et envoyer le bulletin d'inscription suivant à Isabelle Mullie.

Dans tous les cas (inscription en ligne ou papier):

Les arrhes sont obligatoires pour confirmer votre inscription :

Envoyer un chèque de 60€ établi à l'ordre de « YOGARASPAIL » à

Isabelle Mullie 14 rue Alphonse Terray 38000 GRENOBLE FRANCE.

S'il vous plaît, inscrivez vos coordonnées au dos de l'enveloppe.

Le solde sera à régler sur place.

Cette inscription couvre les frais de location de la salle et les frais d'enseignement.

Merci d'apporter votre matériel de pratique (4 couvertures, tapis, 2 ceintures, 2 briques).

Bulletin d'inscription

NOM et PRENOM:

Téléphone:

e-mail :

ADRESSE :

Problème particulier de santé ou de pratique :

Je m'inscris pour le stage de yoga Iyengar® du 28 avril au 1^{er} mai 2023 à St Antoine.

Ci-joint un acompte de 60€, par chèque établi à l'ordre de « YOGARASPAIL » .

Date et signature

2. INSCRIPTION POUR L'HEBERGEMENT : 180 €

L'inscription pour l'hébergement à l'Arche se fait en ligne, avec versement d'arrhes.

Dès **confirmation de votre inscription** à l'enseignement, nous vous donnons le lien pour **l'inscription à l'Arche**. Vous y trouverez, en plus de votre inscription, des indications sur le mode de règlement des arrhes. Le solde étant à régler sur place à l'arrivée.

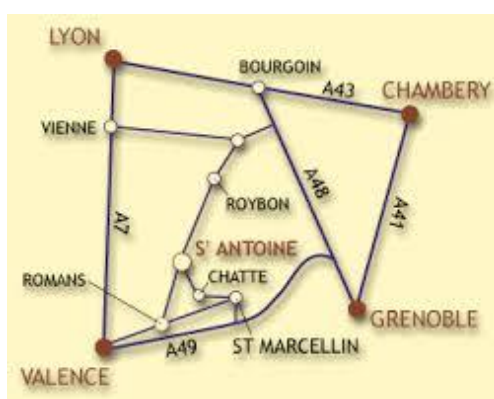
L'hébergement en pension complète (hors suppléments) de 180 € inclut l'adhésion obligatoire à l'Association, de 15 € par année civile.

Pour une aide pour rejoindre l'arche en voiture ou en train, vous trouverez des informations ici :

<https://www.arche-sta.com/comment-arriver/>

Vous pouvez aussi trouver des informations sur le type de chambre souhaité et les tarifs correspondant ici :

<https://www.arche-sta.com/sejours-et-formations/tarifs/>





RETRAITE de PRINTEMPS 2023

SAINT ANTOINE L'ABBAYE

**du vendredi 28 avril 2023, 18h
au lundi 1^{er} mai 2023, 14h**

avec Isabelle Mullie et André Rivoire