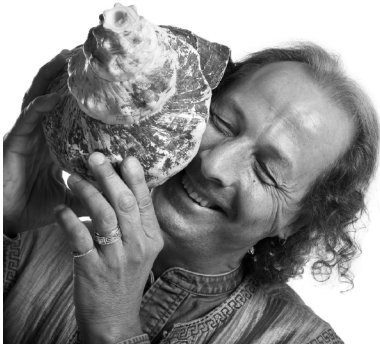


Voyage vers *yoga* le Centre



François Raoult se dédie à l'enseignement du yoga avec intégrité et compassion. C'est à 19 ans, lors d'un pèlerinage en Inde qu'il est amené à explorer la voie du yoga. Diplômé de l'École Nationale de Yoga de Paris, il enseigne depuis 1975. Un an plus tard, il rencontre Sri B.K.S. Iyengar duquel il reçoit une certification. François a également étudié la méditation avec Zen Master Thich Nhat Hanh, l'Ayurveda avec le docteur Svoboda et l'anatomie avec Thomas Myers. En 1985, il fonde l'Open Sky Yoga Center à Rochester dans l'état de New York. Membre de Yoga Alliance, il est régulièrement invité à enseigner à travers les États-Unis, le Canada, l'Europe et le Mexique. Chaque année, il donne un stage d'été en Provence et guide un groupe de yoga dans le sud de l'Inde. Musicien accompli, François Raoult détient aussi une maîtrise en ethnomusicology. François est aussi certifié en Yoga du Son et Yoga du Rire!

Posture (asana), Respiration (pranayama) et Son (nada)
François Raoult

28 et 29 Avril 2012 à BRUXELLES

Horaires: 9h30-12h30 13h30-16h30 Ouvert à tous et à toutes. Un an de pratique souhaité

Dans ce stage nous étudierons les connections multiples entre la respiration, la posture et les organes des sens. Ce qui nous emmènera vers des états de conscience plus subtils du corps pranique et des vibrations sonores du corps que nous ferons résonner tel un instrument de musique sacrée. Le matin, asanas dynamiques, leur relation et leur préparation aux pranayamas classiques. L'après-midi, postures de repos profond et méditation. Pranayama et nada yoga.

"Pranayama removes the veil covering the light of knowledge and heralds the dawn of wisdom."

TRANSLATION B.K.S.IYENGAR

"Pranayama dissout la voile qui masque la lumière de la connaissance et annonce la naissance de la Sagesse."

PATANJALI YOGA SUTRAS

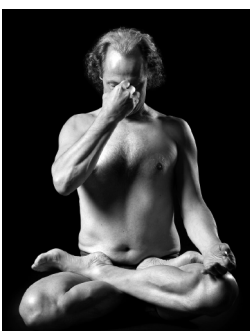
Tarifs: Week end entier Euros 170 (150 avant le 1er mars) samedi ou dimanche seulement Euros 90 (80 avant le 1er mars) priorité sera donnée aux participants week end complet.

Lieu: Les Sources
rue Kelle, 48 – 1200 Bruxelles

Paiement: IBAN BE58 0015 0330 4279
BIC GEBABEBB

Infos: 0032 485 69 53 05
Nicole: ncouloubaritsis@gmail.com
François Raoult: yogawave@rochester.rr.com
www.openskyyoga.com

ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् ।५२।
II.52 tataḥ kṣīyate prakāśa āvaraṇam



Bulletin d'inscription à renvoyer à Nicole Couloubaritsis

Nom _____

Adresse _____

Telephone _____ E-mail _____

Profession _____

