

Yoga saison 2026 avec Jeannot

C'est avec plaisir que je vous envoie le programme des we 2026.

Le premier se tiendra au Chant du loup à Die **du samedi 30 mai à 10h au Dimanche 31 jusqu'à 17h** hébergement possible pour 12 personnes du samedi au dimanche pour 20 euros. Coût du stage : 90 euros . Amener repas pour samedi midi, samedi soir, petit déjeuner et repas du dimanche midi ; cuisine pour réchauffer ou cuire.. Merci d'aller sur le site pour plus ample connaissance du lieu : <https://www.gites-lechantduloup.com> . A partir de ce lieu, belle rando de la Belle Justine. Vous pouvez contacter si nécessaire la responsable Manoëlle : 0699440142

Le deuxième se tiendra dans le Diois à la Bergerie de St Etienne en Quint les 26 et 27 septembre 2026. Leur site : labergerie.fr. Il n'est pas résidentiel, mais il est possible de profiter de 2 petits dortoirs pour **15 euros par personne. Le coût sera de 90 euros** auquel il faudra rajouter **20 euros pour la Bergerie**. Les repas devront être amenés par chacune et chacun. Vous pourrez bénéficier d'une cuisine pour réchauffer ou faire cuire. Une maison près de la Bergerie est possible (50 euros la nuit).

Au programme : Assise silencieuse, hatha-yoga, chants, yoga sur chaise, yoga nidra, postures en duo et pratique dans la nature. Le programme détaillé sera sur mon site www.jeannot-yoga.fr dès fin mars 2026.

Bulletin d'inscription :

Pour le premier we au chant du Loup du 30 mai au 31 mai 2026 :

Nom, Prénom et adresse postale :
.....Adresse mail téléphone :
.....Hébergement de samedi au dimanche : oui non (rayer la mention inutile)

Versement de 45euros d'arrhes à l'ordre de Jeannot Margier par chèque ou par virement avant fin mars 2026 ou 90 euros pour le total

Pour le deuxième we à la bergerie de St Etienne en Quint : du samedi 26/09 10h au dimanche 27/09 17h : versement d'arrhes 45 euros par chèque ou virement

Nom, prénom et adresse postale :
.....Hébergement la nuit du samedi au dimanche : oui non (rayer la mention inutile)

Adresse mail :

Si vous payer les arrhes ou la totalité par virement, vous pouvez aller sur mon compte Iban et me le répréciser par mail : FR76 1426 5006 0004 0912 0870 958

Pour info la pratique du samedi se terminera à 18h et celle du dimanche à 17h30. Nous insisterons durant la pratique sur la respiration plus longtemps que d'habitude.

Une pratique n'est juste que si elle fait bouger sur l'échiquier de l'être et de la conscience.

Bien chaleureusement et de tout cœur,

Jeannot,

N'hésitez pas à aller sur les sites : www.jeannot-yoga.fr et <https://yogasurchaise-rvhy.fr>