L'IFYM a 40 ans

VENEZ NOUS REJOINDRE
ET SOUFFLER NOS 40 BOUGIES
SAMEDI 7 MAI ET DIMANCHE 8 MAI
(DU SAMEDI 13H30 AU DIMANCHE 17H)
AU MAS DE L'EUZIÈRE
(PRÈS D'ANDUZE, GARD)

LES SENS ET L'ESSENCE

Réjouir nos cinq sens, les faire voyager à travers l'univers des sons,
des paroles et du silence,
des couleurs et des formes, des saveurs, des sensations :
écouter ou prêter l'oreille, regarder ou admirer,
sentir, savourer, toucher ou effleurer...
une multitude de réjouissances, « réjouis-sens »,
pour être au plus près de notre essence, l'Essence de la Vie.

SE RETROUVER AU FIL DU TEMPS, RÉJOUIR NOS SENS, RETROUVER L'ESSENTIEL

AU PROGRAMME DE CE WEEKEND

SAMEDI

Accueil à l'Euzière dés 13h30, découverte, retrouvailles, début des festivités 14h
Au rendez-vous une balade où tous nos sens seront sollicités : élaboration d'un mandala avec les éléments de la nature, massages, poésie, exposition photos, et même tirage de tarots ! Et d'autres surprises...
Puis bains sonores et méditation...
Pour la soirée, les mille et une nuits seront à l'honneur, contes et musique.

DIMANCHE

Le dimanche sera consacré au yoga avec en matinée une conférence et des pratiques.
L'après midi, yoga du rire et cercles dansants

Et le goût sera honoré tout au long de ces deux jours par des repas festifs et collations diverses !

AVEC NOUS POUR CÉLÉBRER NOTRE ANNIVERSAIRE

Layla Darwiche, conteuse d'origine libanaise, qui puise son répertoire dans les histoires traditionnelles du Moyen-Orient, dont les « Mille et Une Nuits ». Elle sera accompagnée par Fwad Darwich d'origine marocaine, musicien multi-instrumentiste, passionné par le jazz et les musiques du monde.

Michael Joseph, sono thérapeute et énergéticien, pour les bains de sons.

Cherif Khentous, diplômé en yoga du rire de l'école de Madan Kataria (Bombay). Tombé dans la marmite du rire depuis petit, il est aussi pratiquant de longue date d'Aïkido et de yoga.

Des intervenants bénévoles, chaudement remerciés : François et Josseline Lorin, Colette Hersnack

Les membres du CA de l'IFYM, pour préparer, animer, accompagner tout au long de ces journées.

Et merci à Graziella Proust pour ses magnifiques dessins qui viennent illustrer la plaquette.

INFORMATIONS PRATIQUES

HEBERGEMENT ET RESTAURATION

Le lieu est plein de charme et vous ne serez pas déçus, mais pas de chambres individuelles. Les repas sont compris dans les 3 formules.
Formule 1 : ensemble du WE et hébergement dans la maison : 100€
Formule 2 : ensemble du WE et camping (tente ou camping-car, utilisation des douches et sanitaires de la maison) : 80€
Formule 3 : la journée (samedi ou dimanche) : 50€

PREVOIR

Draps ou sac de couchage, serviette de toilette
Tapis de yoga et coussin

INSCRIPTION

Inscription réservée aux adhérents de l'IFYM : adhérent simple, membre actif, élève en formation, professeur.