

Samedi 15 octobre 2016

14h00 à 17h00

ATELIER

## RESPIREZ L'AUTOMNE

Les mouvements des saisons sont les cycles naturels de nos vies.  
L'automne est souvent rattaché à la tristesse, au regret de ne plus avoir l'été.  
La philosophie et la médecine chinoise sont des regards pour  
comprendre, respirer et vivre la nature.

### Atelier théorique et pratique de yoga

Une rencontre sur la Médecine Chinoise

« Renforcer notre organisme Automnale »

Nous aborderons les traductions du plus ancien livre de médecine chinoise  
« So Ouen Nei Jing 400 av. J.C »

Un temps dédié pour répondre à vos questions

Une pratique yoga

Nous découvrirons l'art de la respiration consciente

Animateurs

#### Louis Touboul

Acupuncteur traditionnel pratiquant depuis 1985.  
Formé en France, Angleterre et Chine. ,  
Aujourd'hui praticien en cabinet et à l'hôpital.  
Anime des séminaires en médecine traditionnelle chinoise  
et des ateliers en développement personnels.

#### Touria Cadet

Professeur de Yoga  
diplômée de l'École Française de Yoga de Paris (EFY)  
Formation en Yoga Énergie avec Gianna Dupont  
et Académie AYE Paris.

Tarif : 35 € (ou 30 € pour les adhérents de l'Association Yoga en Vexin)

**Lieu Atelier** : Dojo 2 rue de la fontaine 60240 Montagny en Vexin (10 km au nord de Magny en Vexin)

Pour tous renseignements : Touria Cadet 06 84 06 27 93 [touria.cadet@orange.fr](mailto:touria.cadet@orange.fr) [www.yoga-en-vexin.fr](http://www.yoga-en-vexin.fr)

En cas d'annulation, inférieure à 8 jours précédent l'atelier, aucun remboursement ne pourra être effectué. Merci de votre compréhension

Atelier Acupuncture & Yoga 15/10/2016

Bulletin d'inscription à envoyer à l'adresse de l'Association ci-dessous ou à remettre lors des cours.

Le nombre de places est limité. La réservation est effective si elle est accompagnée d'un chèque de 35 € (ou 30 € pour les adhérents)  
à l'ordre de "Association Yoga en Vexin", chèque encaissé seulement après l'atelier.

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

L'association Yoga en Vexin se réserve la possibilité d'annuler l'atelier si le nombre d'inscrits n'est pas requis. Dans ce cas votre chèque vous sera retourné.