

ACCUEIL A PARTIR DE 9H

GYMNASE MASSERAN
6, rue Masseran 75007 Paris
Métro : Duroc ou St François Xavier

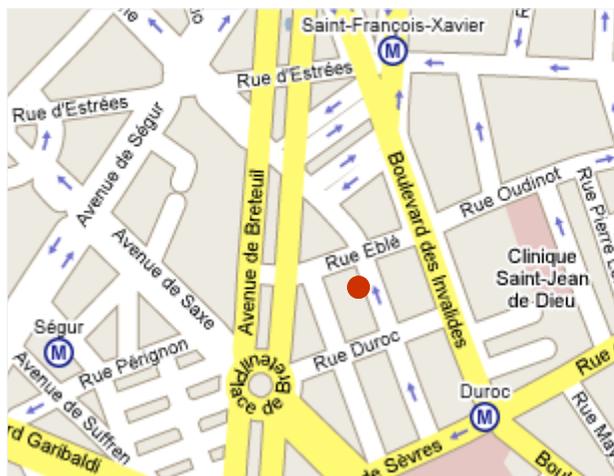
Pour accéder au gymnase,
appuyez sur le bouton digicode
(ouverture automatique du portail)
et dirigez-vous vers la porte
la plus à droite du bâtiment.

Nous serons heureux de vous accueillir
à l'entrée de la salle pour procéder
à votre enregistrement
sur notre liste de participants.



LIEU DE LA PRATIQUE

GYMNASE MASSERAN
6, rue Masseran 75007 Paris
Métro : Duroc ou St François Xavier



PARTICIPATION AUX FRAIS

60 € pour les adhérents à l'association
80 € pour les non adhérents

HORAIRES

De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

REPAS

Le pique-nique n'est pas autorisé à l'intérieur
des locaux ni sur la terrasse. Restauration rapide
dans les cafés et brasseries des alentours.

PRATIQUE

Apporter : tapis de yoga, couverture de relaxation,
coussin ou support pour s'asseoir, bloc-notes, stylo.

LES DIMANCHES

De l'Association Yoga,
Les Amis d'André Van Lysebeth



Dimanche 16 OCTOBRE 2022

Marie-Rose BARDY

«Le yoga entre 2 rives -
Le chemin de la joie»

www.yogavanlysebeth.com
eyvl.fr@orange.fr

Marie-Rose BARDY

**Présidente de l'Association « Yoga » les amis AVL
et Directrice des études de l'école de formation de professeurs de yoga (EYVL)**

Diplômée de l'Institut André Van LYSEBETH de Bruxelles, elle enseigne le yoga depuis 30 ans. C'est en 1964 que Marie-Rose découvre le yoga auprès de Paule Franck, élève d'André Van LYSEBETH. Elle avait 20 ans. Elle devine très vite que derrière l'aspect postural se glisse une grande richesse et une grande profondeur «art de vie et de santé». Sa quête incessante la conduit auprès de Maîtres tibétains où elle poursuit sa recherche spirituelle. Puis elle rencontre Yves Albert Dauge, professeur à la Sorbonne et, étudie pendant 15 ans l'énergétique du Vivant, « yoga du cœur et du feu ». Sa rencontre avec Babacar Khane et du yoga égyptien était dans la logique de son parcours.

Marie-Rose est attirée par un yoga intégral, créatif mais respectant la tradition des anciens. Son aspiration profonde est de transmettre sa joie d'avoir un jour rencontré le yoga, «art, science philosophie» et de transmettre ce qu'elle a reçu et expérimenté. Sa quête spirituelle demeure en éveil dans un monde qui en a tant besoin.

« Joindre à chaque instant de la vie, le spirituel et le matériel, afin que chaque moment soit un état de grâce et d'amour car, rien ne peut se faire sans ouverture du cœur »

PROGRAMME

**DIMANCHE 16 Octobre 2022
De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30**

Alternance de théorie et de pratique

A la suite de mes journées des dernières années « du pont entre 2 rives », nous travaillerons plus spécialement et explorerons cet Etat d'Être particulier qui réveille en nous l'Unité de l'Être à partir du Do In, du Yoga Égyptien, du Kung Fu (yoga chinois) et yoga tibétain, pour finir par les postures inversées du Hatha Yoga Pradipika.

En prenant conscience de notre corps physique, nous apprenons à mieux le connaître et en prenant conscience du fonctionnement de notre esprit, nous apprenons peu à peu à nous libérer de nos pesanteurs et à nous rendre heureux.

L'égo est souvent le piège et l'obstacle à notre évolution vers la liberté. Et souvent nous nous enfermons dans nos certitudes.

En fait c'est sur mon tapis de yoga et en conscience que je vais peu à peu rencontrer cette transformation vers la Joie. Il suffit juste de pratiquer chaque jour avec patience.

Nous pratiquerons durant toute cette journée avec confiance différents yogas liés à notre respiration et au lâcher prise. Ce sera un chemin vers cette montagne intérieure.

Belle journée!!



FICHE D'INSCRIPTION

Avec Marie-Rose BARDY

**Le yoga entre 2 rives– le chemin de la joie
DIMANCHE 16 Octobre 2022**

A découper et renvoyer avec votre chèque à :
Association « Yoga, les amis d'AVL »
58 Avenue Bosquet 75007 PARIS
Tél Mobile : 06 84 34 70 64
Et aussi 06 80 72 38 88

Nom

Prénom

Adresse

Code postal

Ville

Pays

Email

Téléphone

- Je suis adhérent : 60 €
- Je ne suis pas adhérent : 80 €
- Je souhaite un reçu comptable
- Je souhaite une attestation de suivi de post-formation

Pour les virements étrangers
Code IBAN FR85 2004 1000 0105 6655 4A02 055
BIC PSSTFRPPPAR
La Banque postale-centre de Paris
75900 PARIS CEDEX 15 France
Date et signature :