

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 est interdit dans la cour de
l'immeuble mais est toléré à l'intérieur de la salle de
pratique du gymnase.

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 15 janvier 2023

Willy VAN LYSEBETH

« La relaxation »

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

Willy VAN LYSEBETH

Psychothérapeute, son expérience clinique touche à l'autisme infantile, la psychosomatique, le rêve. Dès 1970, il enseigne le yoga. D'abord à l'Institut de Bruxelles aux côtés de son père André; puis au Québec, en France et en Italie.

Il participe à Bruxelles et à Paris à la formation des enseignants dans la continuité de ce qu'André VAN LYSEBETH lui avait demandé.

Les intérêts de Willy VAN LYSEBETH portent sur la méditation, le souffle, la relaxation.

Ses publications et conférences :

Le livre des morts tibétains, la créativité, la douleur, l'Attention et l'apnée.

Dernier livre paru (2020) :

Vivre en Yoga aux Editions Almora

« S'éveiller aux sens est le cœur du yoga »

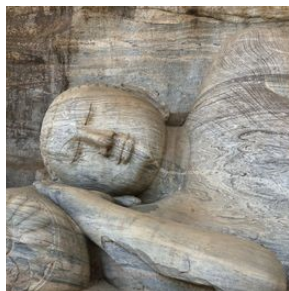
PROGRAMME

DIMANCHE 15 JANVIER 2023
De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

Alternance de théorie et de pratique

«La relaxation»

- Brève présentation des principales méthodes. Exercices pratiques.
- Applications en psychosomatique (notamment le traitement de l'« alexithymie » (perte consciente de sensations affectives).
- La préparation de l'analgésie ;
- Différence d'avec l'hypnose ;
- Quid du « yoga nidra » ?
- L'efficacité de « visualisations » prémices de
- L'endormissement. Puissance créatrice de la « rêverie ».
- L'« image » comme contact avec le corps. L'attention inconsciente.



FICHE D'INSCRIPTION

DIMANCHE 15 Janvier 2023
Avec Willy Van LYSEBETH
«La relaxation »

A découper et renvoyer avec votre chèque à :
Association « Yoga, les amis d'AVL »
58 Avenue Bosquet 75007 PARIS
Tél : 01 48 22 53 17 — Mobile : 06 84 34 70 64

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 :