

ACCUEIL A PARTIR DE 9H

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

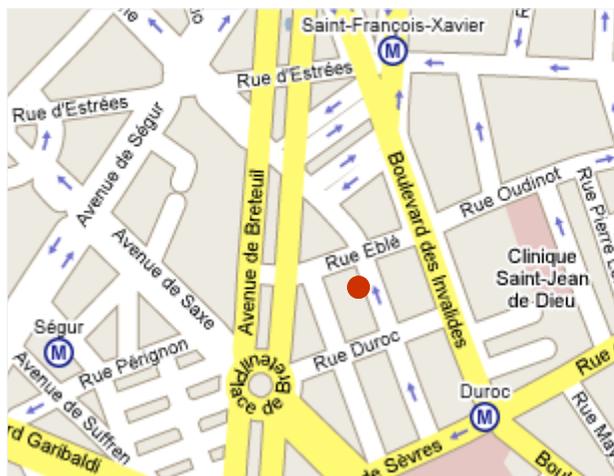
Pour accéder au gymnase,
appuyez sur le bouton digicode
(ouverture automatique du portail)
et dirigez-vous vers la porte
la plus à droite du bâtiment.

**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 19 Mars 2023

Giorgio CAMMARATA

*Yoga de l'énergie
(Ha/Tha ou Yin/Yang)*

www.yogavanlysebeth.com

Giorgio CAMMARATA

Giorgio débute dans le yoga en 1984, à l'âge de 26 ans. Il est passionné par cette discipline, dont il avait lu les mérites dans l'ouvrage « Les chemins de la sagesse » d'Arnaud Desjardins.

Sept ans plus tard, il entreprend l'Ecole Française de Yoga (EFY) rue Aubriot, section yoga de l'énergie, où il rencontre **Roger Clerc**.

En 1998 Roger Clerc l'appelle à son chevet. Il passe deux heures seul avec lui avant qu'il ne ferme les yeux. Cet événement marque son existence ; aussi, le véritable chercheur ne se met-il en route qu'à la fin de l'année 1999, lorsqu'il rencontre en Ardèche, Arnaud Desjardins et ses collaborateurs.

Giorgio Cammarata est allé à la rencontre de nombreux professeurs de yoga et autres disciplines-sœurs, qui ont enrichi son approche du Yoga de l'Énergie.

En 2002, Giorgio Cammarata fonde l'école de Yoga [Unité et Harmonie](#), déployant une pratique et un enseignement oral en vue d'offrir une formation de qualité.

A travers ses voyages réguliers au Maroc, le contact des Confréries Soufi et du Pr Aziz El Amrani, il s'est imprégné du travail sur les sons primordiaux soufis, védiques et Quantiques, selon les travaux de « l'approche matricielle ».

Giorgio et son école sont affiliés à la FIDHY et à l'Union Européenne de Yoga.

PROGRAMME

DIMANCHE 19 Mars 2023
De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

Alternance de théorie et de pratique

Yoga de l'énergie (Ha/Tha ou Yin/Yang)

L'énergie de vie « prana » circule dans le corps tout entier de façon harmonieuse lorsque celui-ci n'est pas perturbé par les vrittis du mental individuel et collectif.

Accéder au corps de l'énergie « prana-maya-kosha » implique d'affiner les outils de perception permettant de le connaître.

Je vous proposerai d'expérimenter cette respiration prânique circulant dans les postures selon le principe : là où va la pensée va l'énergie.

Une séance complète (postures & enchaînements), mettant en œuvre les 5 sens de la colonne vertébrale sera le préalable au travail sur le souffle vital.

Aussi les sessions seront ponctuées de chants de mantra et d'éveil.



FICHE D'INSCRIPTION

DIMANCHE 19 Mars 2023

Avec Giorgio Cammarata

« Yoga de l'énergie (Ha/Tha ou Yin/Yang)»

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 :