



Retraite de Yoga à Morcenx Landes 5-7 Juillet 2024

**“Ganesha ou le pouvoir d’ôter les
obstacles de notre chemin”**

RETRAITE DE YOGA en PENSION COMPLETE..

du SAMEDI 05 Juillet au Dimanche 07 Juillet

SOURCE DE RÉGÉNÉRATION ET D'AUTO - GUÉRISON

**L'esprit de cette retraite vise la reconnexion
à l'espace subtil et délicat qui est en nous...**

"Om Gam Ganapataye Namaha".

**Mes salutations au Seigneur Ganesha -
est utilisé pour invoquer les bénédictions de Ganapati
et profiter de sa paix, de ses connaissances et de sa prospérité.
Ganapati ou Ganesha est le dieu hindou principalement reconnu
comme le dissolvant des obstacles et le concédant du succès. ...**





LIEU:

Je vous invite pour une exploration à travers les différents outils de yoga...
Rendez vous au Grand arial landais rénové de 170 m², au cœur de 8000 m² d'espaces verts et de forêt!!!
La sensation d'être dans un univers à part, un cocon de la nature, le lieu magique où l'on pratique le yoga, la pleine conscience et toute autre discipline spirituelle, augmentant nos vibrations, la joie intérieure et le bien-être...

Morcenx-la-Nouvelle (1h30 min de Bordeaux).

Au cœur des Landes, à proximité de la réserve naturelle d'Arjuzanx avec son magnifique lac où viennent faire une halte les oiseaux migrateurs...

HEBERGEMENT :

Capacité d'hébergement sur place : 10 personnes.

CUISINE :

Tous les repas sont végétariens.

AU PROGRAMME :

Pranavyayama, Assana, Pranayama, Mudra, Mantram, Méditation.

Durant la retraite nous allons consacrer notre pratique à Ganesha pour ôter les obstacles sur notre Chemin. Nous allons passer à travers la pratique posturale vers RAJA YOGA - le travail de concentration subtile, je vous enseignerais les outils de purification, transformation, réintégration, libération. Permettant un travail intégral...

Tarif: 3 Jours et 2 nuit Pension Complete, Repas végétarien et cours de yoga inclus: **360€**

Hébergement en chambre double ou dortoir 4 personnes (linge de lit fourni)

Salle de bain à partager

Hammam, bain nordique, sauna.

Boissons chaudes, fruits et fruits secs à disposition le matin à partir de 7h30.

Déjeuner et dîner végétarien du Vendredi soir au Dimanche midi..

INFOS et CONTACT:

Anna NAZAROVA

06 13 22 05 45

contact@annandayoga.com

www.annandayoga.com

