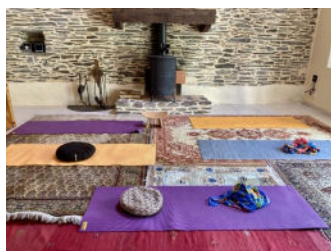


Retraite Yoga, Tarot et Marche

Initiation aux Arcanes majeurs du Tarot de Marseille

Du jeudi 27 avril au lundi 1^{er} mai 2023

avec Nina Costa , professeure de Yoga et psycho-tarologue



– Dates : du samedi 9 avril (18h) au jeudi 14 avril 2022 (16h)

– **Retraite : Initiation au Tarot de Marseille (formation niveau 1)**

– **Programme de la retraite :**

- Tous les jours : 2 ateliers de 2h30 de formation au Tarot de Marseille, 1 atelier de 2h30 le jeudi matin.
- Tous les matins : séance de Hatha Yoga (1h30)
- Tous les après midis : marche (1h-1h30)
- Une randonnée est prévue le jeudi après midi (2h).
- Des temps de détente : repos, farniente, balades dans le parc.

Le programme est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météorologiques.

– **Formation au Tarot :**

Cette formation a pour objectif de vous faire découvrir les 22 Arcanes majeurs du Tarot de Marseille et vous initier au tirage de cartes (tirages simples). Une connaissance du Tarot est souhaitable mais pas nécessaire.

Une implication personnelle vous sera demandée. Les ateliers seront interactifs et se dérouleront dans le respect de l'intimité de chacun.e, dans la confiance et la bienveillance mutuelles.

La formation s'adresse à un groupe de 11 personnes maximum.

– **Les repas :**

- > Les 9 repas (5 déjeuners-4 dîners) végétariens, les 5 petits déjeuners, les boissons et les collations sont préparés avec des aliments frais, locaux, de saison, presque exclusivement bio.
- > Nous partagerons le repas du samedi soir sous forme de pique-nique : chacun.e apportera quelque chose à manger et à boire.

– **Le lieu :** Gîtes « Aux Quatre Vents », Rue Joseph Legoff, 3 allée de la Ville Tourin Plévenon (22440). Pour trouver le gîte : <https://goo.gl/maps/HKPTVNUQVfgYdYaZ6>



– **Informations pratiques** : Veuillez apporter :

> votre tapis de Yoga, plaid pour la relaxation et coussin de méditation.

> votre propre jeu de Tarot de Marseille, édité par Philippe Camoin-Jodorowsky : <https://amzn.to/3GjvJWs>

> de quoi écrire pour prendre des notes.

– **La formatrice** : Fabienne Costa, professeure de Yoga certifiée (E.F.Y. Paris), coach de vie (formée par Lunion Formation) et tarologue (coaching avec le Tarot de Marseille).

– **Prix de la retraite Formation au Tarot de Marseille/Yoga et marche** :

650 € par personne en chambre double partagée. Ce prix comprend :

- **L'hébergement : 75 € / personne.**
5 jours/5 nuits en chambre partagée. **A régler à votre arrivée à Richard et Claire Oehler.**
- **Les repas : 192 € / personne.**
A régler à votre arrivée à Fabienne Smadja-Laurent/La Cabane Veggie.
- **La formation de Tarot et les séances de Hatha Yoga : 383 € / personne à régler à Fabienne Costa.**
- Le paiement de la retraite de Yoga et celui de l'hébergement et des repas se fait en 3 règlements distincts.



– **Informations et**

contact :

♥ **Fabienne Costa • LE FIL DU YOGA** : 06 09 39 41 80 • www.le-fil-du-yoga.fr • fabindia.costa@gmail.com

– **Inscription : à renvoyer avant le 1^{er} mars 2022**

♥ À l'aide du bulletin ci-dessous, à renvoyer accompagné du règlement de la formation Tarot/Yoga :
Fabienne Costa – 5, impasse Frédéric Le Normand – 22370 Pléneuf-Val-André (FRANCE)

– **Annulation de la retraite** : En dessous de 5 personnes inscrites, la retraite sera annulée et nous vous rembourserons entièrement.

– **Désistement** : Si le désistement intervient plus de 15 jours avant le début du stage, le prix de la retraite sera entièrement remboursé ; moins de 15 jours avant le début du stage, il n'y aura pas de remboursement.



