

Mercredi 11 - Dimanche 15 Novembre 2026

TROUVER SON CALME

Yoga
Psychologie
Méditation
Nature
Silence
Alimentation Vivante

avec Audrey & Emmanuel

Au Château de Magny-en-Morvan
À Partir de 750€ par personne

AU PROGRAMME

Trois pratiques de **Yoga et Kriya**
par jour (à 7h, 11h et 17h)

Cercles de **méditation**, chant
de **Mantras**

Ateliers de réflexion psychologique,
exploration du **dialogue intérieur**

Consultations individuelles

Étude des textes de la **philosophie
indienne**

Randonnées en conscience

Journée de **silence**

LE LIEU

Le Château de Magny-en-Morvan est un endroit **entouré de nature**, dédié à l'accueil des pratiques spirituelles et artistiques

Les repas sont **végétariens**, savoureux et cuisinés à partir des **produits du potager**

Les chambres sont **sobres et confortables**, attenantes à une salle de bains (*parfois partagée*)

Partagées à 2 (au *maximum* et *exceptionnellement* à 3)

Option solo possible avec un supplément de 200€

RÉSERVATION

Tarif : 750 euros par personne;
inclut **l'hébergement**, en chambre
partagée (solo +200 euros),
**les repas, les enseignements et les
consultations**

En train : arrivée en gare de Luzy
Une navette assure le transport jusqu'au
Château

En voiture : à l'adresse du Château de
Magny, 58170 Millay

Pour réserver, écrivez-nous

Pour confirmer votre inscription, nous
faire parvenir :

- un **chèque de 300 euros à l'ordre du
château de Magny**. Par la poste à
l'adresse suivante : Correspondances
Yoga
68 rue des Cascades 75020 PARIS
- en espèces en mains propres lors de
votre venue aux cours

****arrhes non remboursables, excepté pour raisons
médicales ou cas de force majeure***