

# Bulletin d'inscription

(A photocopier si nécessaire et à envoyer au  
CNY 3, allée de la Marne - 95120 Ermont)

M., Mme, Melle.....

Prénom.....

Profession .....

Adresse .....

Tél .....

E-mail .....

S'inscrit au séminaire du 18 et 19 mai 2019 et joint, soit:

un chèque de 240 euros à l'ordre du Collège National de Yoga

ou deux chèques à l'ordre du Collège National de Yoga :

Acompte de réservation : 120 euros.

Le solde de 120 euros sans rappel de notre part avant le 16 mars.

Date et signature, s'il vous plaît

Vous désirez un reçu

Retrouvez le programme complet du CNY  
sur le site:

[www.collegeyoga.fr](http://www.collegeyoga.fr)

# Collège National de Yoga

vous propose

**les 18 et 19 mai 2019**

**un séminaire exceptionnel  
ouvert à tous, avec**

**Martine Le Chenic**

Formation d'Enseignants de Yoga

Post-Formation  
ouverte à tous les enseignants

Approfondissement Personnel



Agréé par la Fédération de Yoga FYLE

Pour tous renseignements:

Tél.: 01 34 14 48 23 - 06 03 18 04 80  
[contact@collegeyoga.fr](mailto:contact@collegeyoga.fr) Site : [collegeyoga.fr](http://collegeyoga.fr)

Le CNY a un N° d'activité délivré par la DIRRECTE  
et est référencé sur Datadock.

## Samedi 18 mai

9h30-13h et 14h-18h: Cours de Hatha Yoga et pédagogie  
autour des postures debout  
et d'enracinement

## Dimanche 19 mai

9h30-13h et 14h -17h Cours de Hatha Yoga et pédagogie  
autour des postures debout  
et d'enracinement

## Lieu et tarif

Forum 104, 104 rue de Vaugirard, 75006 Paris.  
Salle Olivier

Votre place est réservée lorsque votre fiche d'inscription  
remplie et votre chèque nous parviennent.

Enseignement : 14 heures de cours : 240 euros.

*Apporter un tapis de yoga.*

**Ce séminaire est ouvert à tous.**

## Martine Le Chenic

*Pratiquant le yoga depuis 1972, Martine Le Chenic a  
puisé les fondements et l'élan de sa recherche auprès de  
Sri B.K.S. Iyengar, en Inde. Elle s'est également formée  
aux arts énergétiques pendant plus de vingt ans.*

*Martine s'appuie sur sa propre expérience pour  
transmettre et partager pas à pas. Son enseignement  
engage la conscience corporelle et la présence à l'espace  
généralisant ainsi les énergies subtiles pour faire éclore de  
l'intérieur la forme externe. Elle forme des enseignants,  
anime cours, stages et formation en France et à  
l'étranger et participe régulièrement à des congrès.*

### "PRÉSENCE, SOUFFLE, ÉNERGIE et FLUIDITÉ

Lors de ce séminaire, Martine Le Chenic abordera l'étude  
et la perception des trois premiers centres énergétiques:  
leur placement, leur rôle, leur inter-action constante  
dans les postures, dans le prânâyâma et dans la vie  
quotidienne.

Tout en approfondissant la pratique des postures debout  
Martine fera travailler toutes les formes d'enracinement  
dans plusieurs séries de postures à la lumière de ces trois  
centres puis abordera les effets des postures enseignées  
dans une pratique bien sentie, en toute présence."