

Yoga huit



### Stage juillet 2017

## Approfondissement des bases et exploration

**Du samedi 8 au mercredi 12 juillet**

**Stage ouvert au niveau débutant  
(De 1 à 4 années de pratique de yoga lyengar)**

### Programme

- Pratique posturale : 9h00-11h30
- Pranayama : 11h45 -12h30
- Pratiques récupératives et autres postures : 15h30 à 18h30

### Montant du stage :

Tarif : 330 € cinq jours et demi,  
 Tarif pour adhérent Yogahuit : 300  
 Tarif réduit : 280 €  
 Tarif par jour : 70€, (tarif réduit : 60€)

### Lieu du stage :

- Yoga huit, 23, Rue des lois, 31000 Toulouse
- Le matériel de pratique est fourni

**Enseignante : Dominique Noyès**

Enseigne le yoga lyengar depuis 2008.



### Bulletin d'inscription.

**Du samedi 8 au mercredi 12 juillet**

Nom.....  
 Prénom.....  
 Adresse.....  
 .....  
 Téléphone.....  
 E-mail.....  
 Depuis quand pratiquez-vous ?.....  
 Depuis quand pratiquez-vous le yoga lyengar ? .....  
 Avez-vous des problèmes de santé à signaler ?  
 Lesquels.....  
 .....  
 .....

Montant des arrhes : 70 euros d'arrhes, par chèque à l'ordre de : Yoga huit.

Les arrhes sont entièrement remboursables jusqu'au 15 juin et remboursables à 50 % jusqu'au 25 juin.

Association Yoga huit- Centre de yoga lyengar de Toulouse

23, rue des lois- 31000 Toulouse Tel : 05 61 23 98 39 Email : [yogahuit@free.fr](mailto:yogahuit@free.fr)

Site : <http://yogahuit.free.fr>

## LOGEMENTS SUR TOULOUSE

### **HOTELS**

#### **Hotel Croix Baragnon\*\* (5 minutes à pied de Yogahuit)**

17 rue Croix Baragnon 31000 Toulouse

T : +33 (0)5 61 52 60 10

[contact@hotelcroixbaragnon.com](mailto:contact@hotelcroixbaragnon.com)

[www.hotelcroixbaragnon.com](http://www.hotelcroixbaragnon.com)

Chambre single à partir de 55€

Chambre double à partir de 65€

L'hôtel Croix Baragnon, petit hôtel de charme, 2 étoiles (chambres équipées avec salle d'eau et toilette)

Sa terrasse intérieure verdoyante où plantes et fleurs se côtoient, font de cet hôtel un véritable havre de paix en plein centre de Toulouse !

Situé dans une petite rue commerçante des plus attrayantes du cœur historique, à proximité du Capitole, du musée des Augustins, de la Cathédrale St Etienne et des métros ou des parkings St Etienne ou Esquirol, vous pourrez profiter pleinement de la vie culturelle de la ville.

#### **Hôtel St Claire\*\*\* (5 à 10 minutes à pied de Yogahuit)**

29 place Nicolas Bachelier - 31 000 TOULOUSE

T : 05 34 405 888

[contact@stclairehotel.com](mailto:contact@stclairehotel.com)

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

L'hôtel Saint Claire est un hôtel de charme à Toulouse, à l'atmosphère paisible et confortable, proche du centre-ville de Toulouse d'un parking (et parking Vinci Jean Jaurès à proximité), de chambres insonorisées et climatisées, d'un accès WIFI gratuit, d'aménagements selon les concepts du Gens Shui, du petit déjeuner et de gourmandises faites maison.

Chambre single à partir de 65€

Chambre double à partir de 75€

#### **Hôtel Royal Wilson \*\* (5 minutes à pied de Yogahuit)**

6 rue Labéda 31000 Toulouse, France

T : 05 61 12 41 41

[contact@hotelroyalwilson-toulouse.com](mailto:contact@hotelroyalwilson-toulouse.com)

[www.hotelroyalwilson-toulouse.com](http://www.hotelroyalwilson-toulouse.com)

A deux pas de la place Wilson et de la Place du Capitole, l'hôtel Royal Wilson est un hôtel de charme avec cours intérieure

Chambre single à partir de 55€

Chambre double à partir de 65€

#### **IBIS Toulouse centre \*\*\* (5 à 10 minutes à pied de Yogahuit)**

2, Rue Claire Pauilhac

31000 TOULOUSE

FRANCE

Tel. (+33)5/61636163

[H1429@accor.com](mailto:H1429@accor.com)

[www.accorhotels.com/gb/hotel-1429-ibis-toulouse-centre](http://www.accorhotels.com/gb/hotel-1429-ibis-toulouse-centre)

L'hôtel Ibis Toulouse Centre situé dans le quartier Jeanne d'Arc, à 10 mn à pied du centre historique de la ville et de la gare Matabiau et à 20 mn en voiture ou par la navette de ville de l'aéroport. Station de Métro Jeanne d'Arc à 200 m.

Chambre single à partir de 55€

### **APPARTEMENTS**

#### **Citadines Wilson\*\* (5 à 10 minutes à pied de Yogahuit)**

8, boulevard de Strasbourg

31000 Toulouse

FRANCE

Tel: 05 34 41 75 00

[toulouse@citadines.com](mailto:toulouse@citadines.com)

[www.citadines.com/fr/france/toulouse/wilson](http://www.citadines.com/fr/france/toulouse/wilson)

A moins de 10 minutes à pied de la place du Capitole et de la basilique Saint-Sernin, l'Apartment Citadines Wilson Toulouse vous propose des appartements entièrement équipés, studio ou appartement 2-pièces, avec espace cuisine séparé, une connexion internet gratuite ainsi qu'un système de climatisation individuel.

Tarifs selon période

#### **Aparthotel Access : [www.adagio-city.com/toulouse](http://www.adagio-city.com/toulouse)**

#### **Toulouse Jolimont \*\* (5 à 10 minutes en métro de Yogahuit)**

11 Avenue Leon Blum

31500 TOULOUSE FRANCE

Tel : 33/5/34302800

Tarifs à partir de 45€

#### **Toulouse Saint Cyprien \*\*\* (5 à 10 minutes en métro de Yogahuit)**

37 Ter Avenue Etienne Billieres

31300 TOULOUSE FRANCE

Tel : 33/5/34509600

Tarifs à partir de 52€

#### **Séjours & affaires Brienne studio (15 à 20 minutes à pied)**

#### **Alezan hôtel et résidence**

### **LOGEMENTS CHEZ L'HABITANT**

**Airbnb**

[www.airbnb.com](http://www.airbnb.com)

**9flats**

[www.9flats.com](http://www.9flats.com)

[www.morningcroissant](http://www.morningcroissant)

[www.cohébergement](http://www.cohébergement)

[roomlala](http://roomlala)

[bedycasa](http://bedycasa)