



Prénom

M^{me}, M^{lle}, M.

Adresse

Portable

Tél. fixe

Signature :

E-mail

Date :

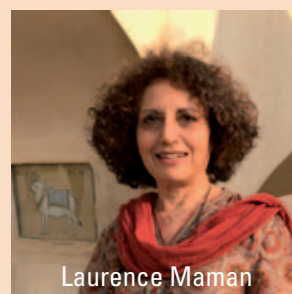
Je souhaite recevoir un devis pour l'envoi des ouvrages de Martyn Neal (voir sur le site) :
■ En quête de soi ■ Yoga Sûtra ■ Sentimental ■ Only the feeling remains

Martyn Neal
Centre de Yoga
23 bd Gambetta - F-11100 Narbonne
Tél. 04 68 32 66 74
martyn@yoga-neal.fr
www.yoga-neal.fr

Stage d'été 2020

Donner de la Voix
L'enseignement reçu - L'enseignement partagé
avec Laurence Maman et Martyn Neal

Dates | Du dimanche 26 juillet (17h) au vendredi 31 juillet (14h) 2020
Lieu et Coût | Prieuré de Marcevol (Pyrénées Orientales) – Enseignement 360€.
Hébergement | Pension complète en chambres de 2 à 4 lits : 265€*



Laurence Maman

Bien qu'ayant reçu de TKV Desikachar un enseignement singulier, puisqu'en cours individuel, nous avons été marqués, à l'identique, par sa voix - la voix de « notre » Maître ! Et c'est comme si l'énergie et la vibration de cette voix étaient restées présentes en nous... Naturellement, nos deux chemins se sont dessinés avec une forte présence du chant, et la voix, nos voix, vos voix seront données dans ce beau cadre tant pour le plaisir et l'expression, que pour la technique et l'attention.
Les Upanishad et le Yoga Sûtra parlent de svādhyāya - la récitation chantée. Grâce à celle-ci l'enseignement est reçu et partagé depuis des millénaires pour donner un accès à la vitalité des textes qui

nourrissent la pensée et l'inspiration, mais plus encore à l'audition du « texte incarné », de ce que révèle la voix, indépendamment du sens des phrases. A entendre, mais encore à parler, à s'exprimer, à pouvoir soi-même transmettre quelque chose qui implique l'affectivité d'une relation de personne à personne.

Nous avons à cœur de nous inspirer de vos questions et d'échanger entre nous et avec vous sur cet enseignement reçu : si simple, si subtil et si précieux. La pratique aura également une belle place pour ouvrir sur les espaces méditatifs qui embellissent tant la démarche du yoga.

Laurence et Martyn

Le Prieuré de Marcevol, avec sa vue exceptionnelle sur le Canigou, offre un cadre merveilleux pour notre stage. Sa chapelle peut également nous servir de lieu à résonance pour du chant. L'hébergement est simple, chaleureux et propre, mais sans chambre individuelle. Les repas sont élaborés essentiellement avec des produits locaux, bio et de saison.

Acomptes à l'inscription : deux chèques de 60€ (l'un à l'ordre de Prieuré de Marcevol et l'autre à l'ordre de M. Neal).

*Autres hébergements : Sous tente, avec 3 repas par jour et utilisation des sanitaires - 215€.

Externe, avec 3 repas par jour - 195€.

Hôtels ou chambres d'hôtes à Vinça, Eus ou Prades (11 à 14 kms), environ 30 mn en voiture.



Stage d'été chant védique 2020

avec Martyn Neal

Dates | du samedi 4 juillet (9h) au mardi 7 juillet (12h) 2020
Lieu et Coût | Centre de Yoga Narbonne (non-résidentiel) - 230€

La qualité d'attention induite par la pratique du chant védique m'a été démontrée depuis plus d'une trentaine d'années. Tant sur le plan personnel que dans le cadre de mon enseignement, j'ai pu vérifier qu'il s'agissait d'un outil majeur dans la préparation mentale à l'état méditatif tel que le yoga le définit.

Mon envie de partager mes connaissances et expérience n'a pas faibli depuis le début et c'est avec beaucoup de joie que j'aborde chaque stage, pour vous faire découvrir de nouveaux textes, et revisiter des textes connus pleins d'inspiration. Nous pourrions aussi nous amuser et nous émuir avec des chants d'autres cultures. Vous aurez l'occasion aussi de demander tel ou tel texte que vous aimez et, pour ceux qui le désirent, la possibilité de faire vérifier des chants connus. La pédagogie spécifique permet de réunir débutants et adeptes avancés. L'ambiance est détendue et studieuse, sans se prendre trop au sérieux !

Stages journée chant védique 2020-2021

Les samedis de 10h à 18h

Dates | 2020 : 7 mars, 16 mai • 2021 : 13 mars, 29 mai
Lieu et Coût | Canet d'Aude. 60€ la journée

L'esprit des rencontres : se nourrir à tout niveau par la récitation du chant védique et par des relations ouvertes et fraternelles entre tous. Pour se nourrir aussi à l'heure du déjeuner, chacun apporte un plat à partager !

Nous continuerons de découvrir et d'approfondir le chant des textes sacrés de l'Inde que Krishnamâcharya et Desikachar nous ont transmis, tout en poursuivant le plaisir de chanter d'autres chants, tous sacrés par notre intention, sinon déjà par celle des auteurs. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire, mais merci de me prévenir de votre intention de participer, par courriel de préférence.



Randonnées,
chants, lectures,
musique, yoga.

**Le Plateau
d'Espinousse
du jeudi 21 mai (16h)
au dimanche 24 mai (12h) 2020**

**En Hollande avec van Gogh
du samedi 11 juillet (18h)
au samedi 18 juillet (9h) 2020**

Programme détaillé |
apiedsousleciel@wanadoo.fr

À Pied sous le Ciel 2020

avec Philippe Forcioli et Martyn Neal



Stages/Post Formation 2020-2021

- un enseignement structuré autour des thèmes proposés, mais ouvert aux orientations formulées par les participants
- un accompagnement pour les enseignants
- un ressourcement au travers de pratiques guidées et d'ateliers
- se retrouver entre amis et faire de nouvelles connaissances

Lieu | Tous les stages se déroulent au Centre de Yoga, Narbonne (stages non résidentiels).

Thèmes, Dates et Coûts |

2020

- **Postures d'expansion (brhmana) et la méditation (samâpatti)**
du samedi 1^{er} février (9h) au dimanche 2 février (16h) • 130€
- **Postures d'apaisement (langhana) et le gâyatî mantra**
du samedi 21 mars (9h) au dimanche 22 mars (16h) • 130€
- **Cinq postures majeures et la recherche spirituelle (âtmabhâva)**
du vendredi 1^{er} mai (9h) au dimanche 3 mai (13h) • 180€

2021

- **La respiration consciente (prânâyâma) et le ralliement des sens (pratyâhâra)**
du samedi 30 janvier (9h) au dimanche 31 janvier (16h) • 130€
- **Les postures de torsion et l'enquête profonde (samyaama)**
du samedi 3 avril (9h) au lundi 5 avril (13h) • 180€

→ la pratique

L'objectif est de vous proposer des pratiques qui vont nourrir votre propre recherche et également vous donner le plaisir d'être guidé.

→ les textes : yoga sûtra, taittirîya upanishad, yoga rahasya, bhagavad gîtâ

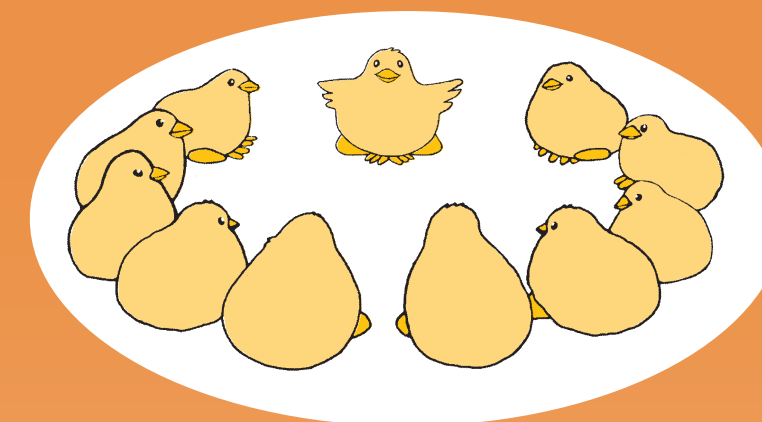
Je puiserai dans ces textes, sources inépuisables de réflexion sur l'être humain dans sa démarche du yoga, pour approfondir les thèmes proposés.

→ la pédagogie

Il s'agit d'aborder minutieusement les techniques, leurs adaptations et leurs rôles dans la pratique personnelle aussi bien que dans l'enseignement et d'aider les enseignants qui rencontrent des difficultés dans leurs cours.



IFY Formations • Martyn Neal



Formation Narbonne 2020/2024

Stages/Post Formation 2020/2021

Chant védique 2020

A Pied sous le Ciel 2020

Centre de Yoga

23 bd Gambetta - 11100 Narbonne - France

Tél. 04 68 32 66 74

martyn@yoga-neal.fr

www.yoga-neal.fr



Martyn Neal est membre du Collège des Formateurs de l'Institut Français de Yoga et formateur dans la lignée de l'enseignement de Krishnamâcharya et de TKV Desikachar. Son école de formation est reconnue par l'Union Européenne du Yoga.

Sa rencontre avec le yoga date de 1972 et il obtient le diplôme du Friends of Yoga Society en Angleterre. Il commence à enseigner dans le sud de la France à Narbonne en 1977.

Il devient élève de TKV Desikachar en 1983 et poursuit avec lui l'étude du Yoga par des séjours réguliers à Chennai, Inde, jusqu'au mois de janvier 2014. Desikachar est décédé le 8 août 2016.

Ils ont enregistré ensemble du chant védique, un poème de Krishnamâcharya et ont co-écrit un livre «En Quête de Soi», sur les fondamentaux du Yoga de cette lignée, paru en anglais sous le titre «What are we Seeking?».

Il a réalisé un double CD de chant du Yoga Sûtra pour aider les élèves dans l'apprentissage et l'approfondissement de la récitation du texte de référence de Patanjali. Il a participé à des ouvrages collectifs sur le yoga, la méditation...

Martyn Neal, formateur indépendant, est enregistré auprès du Préfet de Région en tant qu'organisme de formation.



TKV Desikachar et Martyn Neal

Formation à l'enseignement du Yoga à Narbonne 2020-2024 avec Martyn Neal

Approfondir la pratique et étudier la théorie

Cette formation à l'enseignement du yoga a un triple objectif :

- aider les participants à **cheminer personnellement**
- leur permettre d'**acquérir les connaissances** nécessaires pour transmettre cette discipline
- **développer la confiance** pour le faire

Vous serez accompagné(e) personnellement par le formateur pour

500 heures en 4 années scolaires

72 journées de stage et 12 heures de cours individuel.

Répartition :

- 2020/21 et 2021/22, pour chaque année : 4 week-ends, 1 stage de 5 jours, 1 stage de 6 jours
- 2022/23 : 4 week-ends, 1 stage de 6 jours
- 2023/24 : 4 week-ends, 2 stages de 6 jours
- 3 heures de cours individuel chaque année

La formation couvre :

- l'étude et la pratique des techniques de base : postures, relaxation, respirations conscientes, concentration et méditation, ainsi que leurs adaptations ;
- la familiarisation avec les principes philosophiques et psychologiques développés dans le yoga sûtra;
- l'apprentissage des principes de la construction de séances et l'élaboration de celles-ci;
- la recherche d'une pratique personnelle autonome;
- le perfectionnement des capacités à observer et à respecter la personne;
- l'entraînement à l'enseignement in situ et le développement de la confiance dans la relation à l'autre;
- l'examen des éléments d'anatomie, de psychologie et des dynamiques de groupe appliqués au yoga.

La formation va stimuler votre intérêt pour le yoga et ses sources. Elle vous fera avancer dans votre pratique et vous permettra de découvrir la richesse des techniques ainsi que leurs applications

Dates des week-ends | 3 et 4 octobre, 14 et 15 novembre 2020

9 et 10 janvier, 8 et 9 mai 2021

Les horaires des week-ends : samedi de 9h à 19h, dimanche de 9h à 13h30.

Dates des stages | 13 au 17 février, 8 au 13 août 2021

Les stages commencent à 9h le premier jour et se terminent à 17h le dernier jour. Les dates pour les autres années seront communiquées ultérieurement.

Nombre de participants | 18

Lieu | Centre de Yoga, Narbonne

Hébergement | Diverses formes de logement pour tous les goûts et bourses sont à proximité du lieu du stage. Une liste est fournie sur demande.

Entretien | Vous pouvez demander un entretien avec le formateur avant l'inscription.

Coût | Droits d'inscription : 150€ non remboursables

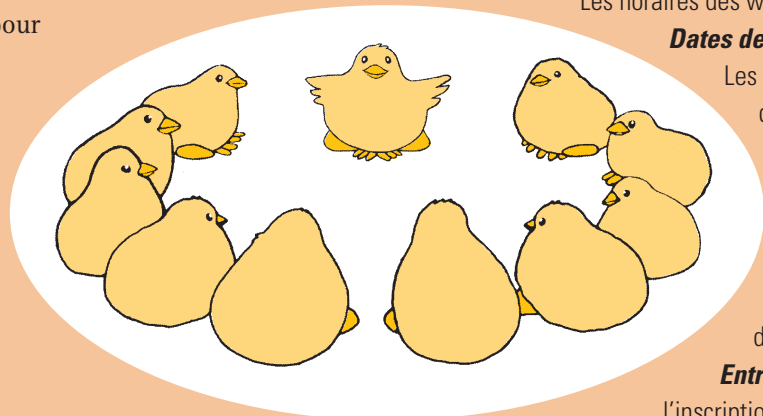
• **Forfait enseignement avec mensualités** | 630€ d'acompte à l'inscription, puis 46 mensualités de 115€ (virement bancaire uniquement) d'octobre 2020 à juillet 2024. Total : 5920€.

• **Forfait enseignement avec règlement annuel** : 630€ d'acompte à l'inscription, puis règlement par chèque bancaire de 1400€ au premier w/e de chacune des trois premières années, et 960€ pour la dernière année. Total : 5790€

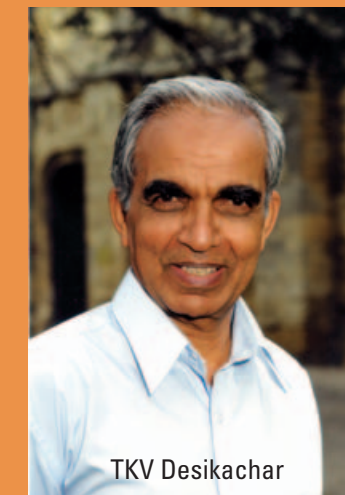
• **Prise en charge par un organisme** : Si vous pensez y avoir droit, demandez un devis à l'inscription. Si l'organisme accepte de prendre en charge la formation, votre acompte peut vous être restitué. Total : 7300€. (Frais de dossier et suivi du dossier sur 4 ans inclus).

Évaluation, attestations et certification | L'évaluation est continue, plus des examens pratiques dans la quatrième année et en fin de cycle. Le certificat d'aptitude à enseigner le yoga pourra être décerné en fin de formation. Il est agréé par l'Institut Français de Yoga (IFY) et reconnu par l'Union Européenne de Yoga (UEY). Pendant toute la durée de la formation l'adhésion à l'IFY est obligatoire, environ 50€ par an, et des frais administratifs de 50€ sont à verser à l'IFY en début de formation.

Pour plus d'informations : www.ify.fr



Enseignement basé sur le respect de la personne, l'adaptation des techniques en fonction de chacun (viniyoga), le cours individuel et le Yoga Sûtra de Patanjali dans la lignée de Krishnamâcharya et TKV Desikachar



TKV Desikachar

Le terme moderne de développement personnel désigne bien l'idée de transformation véhiculée par le yoga depuis des millénaires. En effet, la pratique du yoga vise à révéler nos potentialités et à les faire s'épanouir.

Il s'agit d'utiliser au mieux les possibilités dont nous disposons, tout en découvrant à l'intérieur de nous-même d'autres ressources, tant physiques que mentales. Celles-ci sont souvent cachées ou bloquées par de vieux schémas et habitudes ou par des traces laissées de souffrances passées.

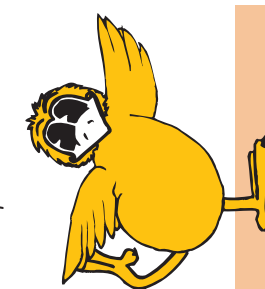
Or les prises de conscience qui naissent de la pratique du yoga, les réflexions et méditations qu'elles suscitent, l'équilibre qu'elles apportent, peuvent nous aider à trouver du sens dans nos situations de vie et faciliter nos choix et actes.

C'est alors que nous pouvons mesurer notre progrès par les changements survenus dans notre comportement avec les autres et par plus de bien-être au quotidien.

Le yoga est un cadeau précieux. Transmis depuis la nuit des temps en orient, il est aujourd'hui intégré utilement dans la vie occidentale.



Remplir des 2 côtés SVP



Bulletin d'inscription

☐ **FORMATION** : je m'inscris pour la formation 2020-2024 à Narbonne et joins 2 chèques : un de 150€ encaissable immédiatement (non remboursable), l'autre de 630€ encaissé en août (ordre : Martyn Neal)

☐ **STAGES/POST FORMATION** : Je m'inscris pour

2020 ☐ 1^{er} et 2 février ☐ 21 et 22 mars ☐ 1^{er} au 3 mai - 2021 ☐ 30 et 31 janvier ☐ 3 au 5 avril et je joins l'acompte de 50€ par stage (ordre : Martyn Neal)

☐ **STAGES D'ÉTÉ** : Je m'inscris pour le stage

☐ **Donner de la Voix** - 26 au 31 juillet 2020

et je joins 2 chèques de 60€ (Ordres : 1^{er} - Martyn Neal - 2^e - Prieuré de Marcevol)

☐ **Chant védique** - 4 au 7 juillet 2020 et je joins 1 chèque de 50€ (ordre : Martyn Neal)

Pour une inscription à plusieurs stages : regrouper l'acompte de M. Neal sur un seul chèque