



CONVENTION NATIONALE • SAINT-CYPRIEN 2019

PROGRAMME

Invité : Zubin Zartoshtimanesh
Thème : "Evolution du Yoga IYENGAR®"

INFOS PRATIQUES

Lieu de restauration, hébergement & AG : Village Vacances Azuréva
Lieu de pratique : Grand Stade les Cappelans
Prévoir 20 mn de marche entre le Grand Stade et le village Azuréva
Ouverture du gymnase 30 min avant le début de la pratique

JEUDI 30 MAI 2019

Accueil : de 16h à 20h30 au Village Vacances Azuréva de St-Cyprien Plage
Dîner : servi à 20h30 au Village Vacances Azuréva
Dépose possible du matériel de pratique : entre 16h et 20h au Grand Stade les Cappelans (petit gymnase)

VENDREDI 31 MAI 2019

7h30-10h00 : Pratique des Asanas (2h30)
10h00-10h45 : Boissons chaudes
10h45-12h15 : Pranayama (1h30)
12h45 : Déjeuner et ouverture de la librairie AFYI & stands matériels de pratique
16h30-19h00 : Pratique des Asanas (2h30)
19h30 : Dîner
20h45-22h30 : Assemblée Générale AFYI (salle d'animation Azuréva proche piscine)

SAMEDI 1^{er} JUIN 2019

7h30-10h00 : Pratique des Asanas (2h30)
10h00-10h45 : Boissons chaudes
10h45-12h15 : Pranayama (1h30)
12h45 : Déjeuner et ouverture de la librairie AFYI & stands matériels de pratique
16h30-19h00 : Pratique des Asanas (2h30)
19h30 : Dîner
21h00 : Spectacle à la salle d'animation d'Azuréva (durée 1h)

DIMANCHE 2 JUIN 2019

Restitution des hébergements avant 8h
8h00-11h00 : Pratique des Asanas (3h)
11h00-11h30 : Clôture et remerciements
12h15 : Déjeuner

Distribution des pique-niques commandés (à Grand Stade après la pratique)
Navette Gare SNCF : première navette à 12h sur le parking de Grand Stade