

## INFORMATIONS PRATIQUES

Stage ouvert à tous - limité à 45 personnes

**Limite d'inscription : Lundi 16/03/26**

☎ *Après cette date téléphoner : 06.63.00.29.36*

### PARTICIPATION FINANCIERE :

**Tarif adhérents 80 € (+ 18 € si vous voulez adhérer)**

**Tarif non adhérents : 100 €**

*Etudiants & demandeurs d'emploi (sur justificatif) :*

- adhérents 60 € (+ 18 € si vous voulez adhérer)

- non adhérents 80€

**Les inscriptions** sont prises accompagnées de leur règlement et par ordre d'arrivée.

**Il n'y a pas de confirmation** d'inscription, nous vous prévenons si le stage est complet.

**Règles de désistement** : s'il intervient moins d'une semaine avant le début du stage, ne peut donner lieu à remboursement.

En cas de force majeure participation de 50%. demandée.

### HORAIRES :

**Samedi** : accueil à 13 h30

- pratique : 14h /18 h30

**Dimanche matin** : accueil 8h45

- pratique du matin : 9h/12 H30

(Pique-nique 12h30 à 13h30)

- pratique de l'après-midi : 13 h30/15 h30

**Pause repas : 12h30 / 13h30**

**Chacun apportera son repas tiré du sac.**

(Café, thé bienvenus...)

### LIEU DU STAGE :

**Salle « Gym la Saint Claude »  
37 rue Francis Clerc à Besançon**

*(Vers la rue Jean Wyrsch)*

### MATERIEL : la salle est chauffée par le sol.

Amener un tapis de pratique, une tenue souple et confortable – zafu de méditation (gros coussin), Plaid pour relaxation, Carnet de notes.

### HEBERGEMENT :

- Chez un adhérent, en faire la demande lors de l'inscription.

*Merci aux personnes qui proposent un hébergement de se faire connaître à l'avance en contactant **Annick LIMONGELLI***

Autres possibilités :

- **ÉTHIC ÉTAPES CIS BESANÇON**  
3 Av. des Montboucons, 25000 Besançon  
Réservations : cis-besancon.com.  
03 81 50 07 54 –parking gratuit

### RENSEIGNEMENTS :

**LIMONGELLI Chanudet Annick**  
Tel : **06.63.00.29.36**

Mail : [yoga.union.comtoise@gmail.com](mailto:yoga.union.comtoise@gmail.com)

## STAGE YOGA Animé par



**ISABELLE  
MORIN  
LARBEY**

Enseignante de yoga et  
Formatrice de futurs enseignants de yoga à l'EFY  
de Paris et dans d'autres écoles nationales et  
internationales.

**Thème du stage :**

**"LE YOGA,  
OU L'ART DE LA  
TRANSFORMATION"**

**Samedi 21 &  
Dimanche 22  
MARS 2026**

### LIEU DU STAGE :

**Salle « Gym la Saint Claude »  
37 rue Francis Clerc à Besançon**

**BULLETIN A RETOURNER à :**

**LIMONGELLI Annick**  
6 Rue Basse 70190 BOULT

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

**Stage ISABELLE MORIN LARBEY**

**Samedi 21 & Dimanche 22 MARS 2026**

**NOM, PRÉNOM :**

**ADRESSE :**

**TEL :**

**E-mail :**

(Écrire LISIBLEMENT en script)

**Tarif adhérent : 80 €**

(+ 18 € si vous voulez adhérer)

**Tarif non adhérents : 100 €**

Étudiants & chômeurs (envoyer justificatif) :

Adhérents 60€ (+18€ si vous voulez adhérer)

Non adhérents 80€

**À régler à l'ordre de l'UCY par chèque bancaire**

**TOTAL :**

J'ai pris connaissance des règles de désistement dans les informations pratiques.

Je demande un hébergement chez l'habitant si possibilités

J'enseigne le yoga actuellement

**Date :**

**Signature :**

## « LE YOGA, OU L'ART DE LA TRANSFORMATION »

### Programme :

**Le yoga est, en quelque sorte,**

**l'art de la transformation.**

**Les yogis sont des alchimistes.**

En explorant le corps, en découvrant ses possibilités grâce au geste, au souffle et à l'attention incessante qu'ils y portent, des horizons inconnus se dévoilent.

Les énergies activées au sein du creuset de l'être, des enveloppes subtiles que sont les kosha, touchent au travail de la transmutation.

**Se porter ailleurs, différemment, comme une inversion nécessaire à l'avènement d'un nouveau regard, fécond.**

## ISABELLE MORIN LARBEY



Après une maîtrise d'espagnol et de traduction juridique, **Isabelle Morin Larbey se consacre à la transmission du yoga depuis 1980.**

**Formatrice d'enseignants de yoga au sein des EFY**, elle a suivi l'enseignement d'Yvonne Millerand, elle-même élève de Krishnamacharya, dans la lignée de Madras.

**Très engagée dans la vie associative, elle a présidé la Fédération nationale des enseignants du yoga (FNEY)** pendant dix ans, de 2009 à 2019 et en est actuellement une des co-présidentes.

**Très intéressée par les confluences entre mondes occidental et oriental**, la tradition et la modernité, elle s'attache dans son enseignement à mettre en évidence les passerelles qui font se rencontrer les hommes de tout temps et en tous lieux, qu'elles soient physiques, littéraires ou spirituelles, puisqu'elles naissent de l'observation de l'être humain.

**Elle a publié de nombreux articles dans diverses revues, la Revue Française de yoga, les Carnets du yoga, Études**, et collaboré régulièrement à « Sens et santé », édité par Le Monde.

**Son premier livre « Yoga, souffle de l'âme »** est édité chez le lotus et l'éléphant (Octobre 2024).