

@agathe.yogateacher

●  
YOGA

●  
MÉDITATION

●  
SON

*résonances intérieures*  
**10 & 11 octobre 2026**

IMMERSION D'AUTOMNE

tarif  
réduit  
jusqu'au  
31 avril

# une immersion d'un week-end



YOGA



MÉDITATION



SON

Cet automne, nous nous retrouvons en campagne flamande pour 2 journées placées sous le signe de l'écoute intérieure.

Pendant 2 jours, notre groupe s'initiera à des outils à la fois simples et puissants pour une plongée introspective. Nos journées commenceront par une **mise en mouvement du corps**, suivie d'éléments **théoriques et philosophiques**.

Chaque après-midi sera l'occasion d'un **atelier différent guidé par un intervenant**, que vous découvrirez le moment venu. Nous refermerons chaque journée par une **pratique douce et collective**.



Nous nous retrouverons dans une ambiance boisée et chaleureuse, propice à la pratique et l'accueil de l'hiver.



cette immersion inclut :

- 3 cours de yoga
- 3 heures de théorie & philo
- 2 heures d'atelier méditation
- 1 heure de bain sonore
- 1 cercle de clôture
- 2 repas sur place

niveau requis :

**aucun niveau de pratique,  
juste l'envie d'apprendre ensemble**

pour garantir une expérience  
et des échanges de qualité,  
les places pour cet  
événement sont limitées.

tarif  
réduit  
jusqu'au  
31 avril

pour une immersion  
encore plus complète

en  
option

week-end de déconnexion totale

hébergement sur place

petit déjeuner compris


1 chambre avec jacuzzi (2 pers.)

1 chambre avec sauna (3 pers.)



## INFOS & RESERVATIONS

directement auprès d'Agathe

 06.71.64.56.65

 [myumayoga@gmail.com](mailto:myumayoga@gmail.com)

[agatheyogateacher.com](http://agatheyogateacher.com)



ZEGERSCAPPEL

30 min de Dunkerque et Bailleul

20 min de Saint-Omer

ultra-limité  
me contacter pour + d'infos