

## FICHE D'INSCRIPTION

À remplir et à retourner à  
Dominique Brenguier

NOM : -----

PRÉNOM : -----

ADRESSE : -----  
-----  
-----

MOBILE : -----

COURRIEL : -----  
-----

Je confirme mon inscription par un chèque  
d'acompte de 250 € à l'ordre de Dominique  
Brenguier ou par un virement sur mon  
compte IBAN FR76 1780 7000 3203 2195  
1980 034

« *I'ai vu une fleur sauvage,  
quand j'ai su son nom,  
je l'ai trouvée plus belle. »*

*Haiku japonais*

# YOGA et Balades Botaniques

à Rodellar, Aragon, Espagne  
du 24 au 29 mai 2026  
avec Dominique Brenguier  
et Véronique Labergère



## CONTACT

Dominique Brenguier  
28 bis, route de St Simon  
31100 Toulouse  
mobile : 06 83 19 43 86

Courriel : dominiquebrenguier@gmail.com



## YOGA ET BALADES BOTANIQUES EN SIERRA DE GUARA

### YOGA

- Les pratiques de yoga, dans la lignée de Krisnamacharya et Gérard Blitz, auront lieu le matin, et en fin d'après-midi.
- Elles seront proposées en relation avec les balades botaniques.
- Le stage est ouvert à tous, débutants et expérimentés.
- Apporter votre coussin. Il y a des tapis de yoga sur place.

### BALADES BOTANIQUES



Ces balades botaniques seront un moment de découverte des fleurs de la Sierra de Guara.

- Notre projet est de reconnaître et d'apprivoiser quelques fleurs sauvages, afin qu'elles deviennent des amies que nous pourrons ensuite mieux admirer.
- Nous pourrons confectionner un petit recueil aide-mémoire.

#### TARIF 520 €

■ Hébergement en pension complète à l'Apartahotel Valle de Rodellar : <https://www.vallederodellar.com/fr>

■ L'enseignante de yoga, diplômée EFYMP, professeur titulaire de la FNEY : <http://www.le-fil-du-yoga-toulouse.com/cours-de-yoga-a-toulouse-avec-dominique-brenguier>

■ Balades botaniques accompagnées par Véronique Labergère, enseignante de yoga, amoureuse et admiratrice des fleurs et de la nature.

