



**ASSOCIATION YOGA MIDI-PYRENEES**  
33, rue Edmond Marty  
81000 ALBI  
Tél : 05 63 60 36 29

- Muriel JOUBERT (présidente)                      tél : 06 85 92 83 02
  - Maryse LAURANS - JOUBERT (trésorière)      tél : 05 63 60 86 71
  - Janine BOLZAN (secrétaire)                      fax et tél : 05 63 60 36 29
- e-mail : [janinebolzan@free.fr](mailto:janinebolzan@free.fr)

Albi, le 10 janvier 2009

### BONJOUR ET BONNE ANNEE 2009 !

Nous vous envoyons ce bulletin pour vous présenter tous nos vœux pour cette nouvelle année 2009 ! Qu'elle vous apporte beaucoup de bonheur, et qu'elle se déroule dans la Joie et la Paix pour vous et tous les vôtres.

C'est l'occasion de vous donner aussi quelques nouvelles de l'association.

Le site internet tout d'abord : [www.aymp.fr](http://www.aymp.fr)

Ce site est le véhicule de la vie de l'association, à vous aussi de le faire vivre en nous envoyant vos informations (cours, souhaits d'intervenants, petites annonces...).

A ce jour, nous avons dépassé le millier de visites sur la page d'accueil du site, ce qui est très positif. Beaucoup de personnes nous contactent en nous demandant des adresses de cours de yoga, aussi, merci de nous envoyer toutes vos informations sur vos cours et stages, nous les publions sur le site dès réception.

Ce bulletin est aussi l'occasion de vous présenter le programme des intervenants à venir.  
Le prochain stage aura lieu :

<b>Les 31 janvier et 1<sup>er</sup> février 2009 avec Yogi BABACAR KHANE.</b>
---

Nous espérons vous y voir nombreux (bulletin d'inscription au verso). Au programme du stage :

#### Le samedi de 14h à 18h15

- Tonification et régénération des articulations à l'aide du Kung-Fu thérapeutique
- Application du Kung-Fu thérapeutique à la préparation des asanas du Hatha-Yoga
- Yoga Pharaonique : prise de conscience de l'appareil locomoteur et préparation des asanas du Hatha-Yoga
- Hatha-Yoga, Pranayama, Méditation

#### Le dimanche de 9h à 16h (pause de 12h à 14h, pensez à amener le repas).

- Revitalisation par le Ch'i Kong
- Kung-Fu thérapeutique : prévention des lombalgies et des problèmes articulaires
- Hatha-Yoga, Pranayama, Méditation
- Yoga Nidra
- Rééducation de l'appareil locomoteur à l'aide du Yoga Pharaonique

Le lieu pour ce stage (et les suivants) est le même : nous louons une belle et grande salle avec parquet située au 8 rue Claude Gonin, 31400 Toulouse (quartier Montaudran). Accès : périphérique extérieur, sortie 18 ou périphérique intérieur, sortie 20. Bus n° 10 ou 22, direction Gonin. Arrêt Armentières.

Le tarif des stages est de 100 euros pour les adhérents, et de 120 euros pour les non-adhérents.

Pour les intervenants suivants, nous accueillerons ensuite :

- Week-end du **20 et 21 juin 2009** : Patrick TORRE sur le thème phonothérapie (pour la fête de la musique, ce sont les hasards du calendrier !).
- Un week-end à l'automne 2009 : intervenant à définir (consultez le site [www.aymp.fr](http://www.aymp.fr) pour le découvrir)
- Week-end du **24 et 25 avril 2010** : Willy VAN LYSEBETH (que nous essayions de faire venir depuis 3 ans, à ne pas manquer donc...).

Voici aussi les informations sur les stages 2009 de nos professeurs adhérents, pour lesquels des dates précises nous ont été communiquées :

NOM	ADRESSE	HORAIRES
Annie BATLLE Ecole: EIDYT-FFHY	Maison de Quartier Croix-Daurade - 7 rue Francis Lopez - 31200 TOULOUSE tél: 05 61 11 83 56 ou 06 85 31 76 88 <a href="mailto:annie.batlle@tele2.fr">annie.batlle@tele2.fr</a>	- Mini stages à thème les samedis matin 28 février et 25 avril. - Stages week-end en janvier et juin 2009. Site: <a href="http://yogabatlle.free.fr">http://yogabatlle.free.fr</a>
Janine BOLZAN	ART DU SOUFFLE - 33 rue Edmond Marty - 81000 ALBI - tél: 05 63 60 36 29 <a href="mailto:janinebolzan@free.fr">janinebolzan@free.fr</a>	En 2009, week-end de formation de yoga et massage, avec l'accent mis sur l'écoute et le travail sur le hara : 24/25 janvier ; 7/8 mars ; 28/29 mars ; 16/17 mai ; 27/28 juin
Dominique BRENGUIER	tél: 05 61 07 66 96 ou 06 83 19 43 86 <a href="mailto:dominiquebrenquier@yahoo.fr">dominiquebrenquier@yahoo.fr</a>	- Stage de Yoga et raquettes à Castet d'Aleu en Ariège, du 6 au 8 février 2009. Hébergement en gîte en pension complète.
Dominique BRUN	Entre Ciel et Dune - 23, pl. de l'Hôtel de Ville - 32230 MARCIAC - tél: 05 62 09 37 80 <a href="mailto:brdom@wanadoo.fr">brdom@wanadoo.fr</a>	- Stage de Yoga et Shiatsu dans le désert Marocain, du 27 janvier au 3 février 2009. Rencontre authentique avec le Maroc, avec Dominique Brun professeur de Yoga, née au Maroc et Pierre Castéra, ostéopathe praticien de Shiatsu.
Eveline GRIEDER	101 chemin des Fontaines 81100 CASTRES tél: 05 63 35 60 40 <a href="mailto:info@centrepleinciel.com">info@centrepleinciel.com</a> site: <a href="http://www.centrepleinciel.com">www.centrepleinciel.com</a>	Stages de Yoga du Son 2009: - 28 février/1er mars et 6/7 juin
Michèle LAVEDAN	120 avenue de La Forêt - 31370 RIEUMES tél: 05 62 23 85 42 <a href="mailto:milauma@free.fr">milauma@free.fr</a>	Journées de stage 2009: - dimanche 25 janvier ; dimanche 22 mars ; dimanche 17 mai
Joëlle MAUREL	Espace Harmonie - Chemin de Rouffiac Lieu dit Verdenne - 81000 ALBI tél: 05 63 38 66 95	- vendredi 30 janvier, de 18h45 à 20h30. <i>Thème: Yoga du Rire</i>

Nous vous précisons également que d'après les renseignements pris auprès de l'assurance MAIF qui couvre l'Association Yoga Midi-Pyrénées, tous les professeurs inscrits et leurs élèves sont assurés sur leurs lieux de cours. Des professeurs nous avaient demandé si oui ou non il y avait cette couverture et après d'autres investigations je me suis fait préciser que c'était sûr. C'est un avantage pour chaque professeur qui adhère à notre association.

Bulletin d'inscription au stage de **Babacar Khane**, à renvoyer par retour de courrier et avant le 25 janvier 2009 (bulletin également disponible sur notre site internet dans la section « S'inscrire ») avec un chèque de **50 euros d'arrhes**.

Nom et prénom : .....

Adresse et N° tél : .....

ci-joint, chèque de.....à l'ordre de l'**A.Y.M.P.** à renvoyer à **J. Bolzan 33, rue Edmond Marty 81000 ALBI.**

Veuillez nous préciser si vous mangerez le samedi soir au restaurant :  oui  non

Signature