



Le Kriya Yoga authentique et original de Babaji, Lahiri Mahasaya, Shriyukteshwar, Paramahansa Yogananda, Paramahansa Hariharananda et Paramahansa Prajnanananda



Yogacharya Claudia Cremers



Swami Achalananda Giri

RETRAITE À PONTGOUIN

Près de Chartres

Du 27 avril au 1er mai 2016





Accueil : le mercredi 27 avril 2016 à partir de 16h
Fin de la retraite : dimanche 01 mai 2016 après le déjeuner.

Tarifs :

- ◆ 280 euros en chambre
- ◆ 240 euros en tente
(forfait - ne peut être divisé à la journée)
Pension complète - Hébergement inclus

ATTENTION : draps et taies d'oreillers ne sont pas fournis et doivent être apportés par vos soins !

règlement en espèces uniquement -
cf. bulletin d'inscription page 4)

4 méditations par jour, 1er et 2ème kriya
3 repas végétariens par jour inclus
Initiation possible au 1er kriya

Situé à 25 km de Chartres et à 120 km au Sud-Ouest de Paris, cet ancien manoir seigneurial dont la construction remonte au XIII^e siècle, ce lieu exceptionnel est constitué d'une ferme avec dépendances, d'un grand parc, de champs et de trois plans d'eau.

Le tout représente près de 3000 m² couverts sur 6 hectares de terrain. Depuis 2002, ce lieu est un ashram officiel d'Amma en France et un site écologique modèle.



Sous la conduite de deux instructeurs avancés, disciples de longue date de Paramahansa Hariharananda et Paramahansa Prajnanananda, cette retraite en pleine nature, dans un lieu calme et inspirant, est une opportunité unique de pratiquer la technique millénaire du Kriya Yoga de manière intensive.





Transports

Plusieurs moyens de transport sont à votre disposition

Adresse d'arrivée :

Centre Amma—La Ferme du Plessis 28190 Pontgouin

Tel : 02 37 37 44 30

Comment venir au Centre Amma ?

La Ferme du Plessis se situe à Pontgouin, à 20km à l'ouest de Chartres et 1h30 de Paris. En venant de Courville sur Eure, la ferme est à 150 m en prenant une petite rue sur votre droite dans un virage à gauche juste avant l'entrée dans Pontgouin.

Des trains partent régulièrement de Paris et du Mans – arrêt : gare de Courville sur Eure – située à 1h15 de la Gare Montparnasse de Paris . Une navette est mise en place pour venir vous chercher à la gare de Courville sur Eure (participation financière de 4 euros par trajet).

Covoiturage

Si vous avez l'intention de vous rendre à la retraite de Kriya Yoga du printemps 2016 avec votre voiture, que vous avez de la place dans votre voiture et souhaitez partager le trajet avec un ou des passagers, pensez à nous signaler vos disponibilités. Nous vous mettrons alors en relation avec d'autres kriyavans qui cherchent un moyen de transport. Le co-voiturage est un bon moyen de se rendre mutuellement service en partageant à la fois le trajet et les frais d'essence.





Agenda



Au programme :

4 méditations par jour

2 méditations 2ème kriya pour les personnes initiées au 2ème kriya

Le tout dans un lieu spirituel proche de la nature



	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
6h30 - 08h00		Méditation	Méditation	Méditation	Méditation
8h00 - 8h30		<i>petit déjeuner en silence</i>	<i>petit déjeuner en silence</i>	<i>petit déjeuner en silence</i>	<i>petit déjeuner en silence</i>
9h15 - 10h15		Enseignement	Enseignement	Initiation 1er Kriya (*)	Enseignement
10h45 - 11h15		Méditation K1 et K2	Méditation K1 et K2		Méditation
11h15 - 12h15					
12h30 - 13h15		<i>déjeuner en silence</i>	<i>déjeuner en silence</i>	<i>déjeuner en silence</i>	<i>déjeuner</i>
14h00 - 16h00		Seva facultatif ou activités libres	Seva facultatif ou activités libres	Seva facultatif ou activités libres	Nettoyage du Centre
16h - 17h00				Explications des techniques - Q/A	
17h00 - 18h00	Accueil à partir de 17h00	Méditation	Méditation	Méditation	
18h00 - 19h00					
19h00 - 20h00	Méditation	Méditation	Méditation	Méditation	
20h00	<i>dîner</i>	<i>dîner</i>	<i>dîner</i>	<i>dîner</i>	
20h30 - 22h30	Soirée libre	Soirée libre	Soirée libre	Soirée libre	

(*) L'initiation au 1er Kriya est possible soit le jeudi matin, soit le samedi matin.



Modalités d'inscription

Le nombre des places en chambre sur cette retraite est limité à quarante kriyavans.
Les inscriptions en chambre seront acceptées sur la base premier arrivé premier servi.

Nous confirmerons leur inscription aux inscrits.

Pour vous inscrire à cette retraite il vous suffit **de retourner le bulletin d'inscription ci-dessous rempli et accompagné d'un chèque d'acompte non remboursable de 80 euros** à l'adresse :

IKY/Caroline Robaglia

Esc C Bât B

1 rue du 24 août

92350 Le Plessis Robinson

Email : institkriya@yahoo.fr

Contacts : Chantal BEZARD : 01 45 39 61 65 - Caroline Robaglia : 06 20 94 64 42

Ce chèque vous sera rendu à votre arrivée à La Ferme du Plessis après paiement du montant de la retraite (280 euros en chambre—240 euros en tente) **en espèces uniquement.**

Je soussigné(e)		Nom :	Prénom :
participe à la retraite de La Ferme du Plessis du 27/04 au 01/05/2016			
Adresse :			
Code Postal :			
Ville :			
n° téléphone :			Cocher la case
Courriel :		Numéro du chèque	
Je joins un chèque d'acompte de 80 euros pour réservation			
Je souhaite être initié(e) au 1er kriya			
J'ai de la place dans ma voiture			
Je cherche une place en voiture			
Signature :			