



Informations

Association le Temps du Yoga

www.letempsduyoga.fr



Jean-Michel CREISMÉAS

Enseignant de yoga à Morlaix (Finistère), docteur en études indiennes, sanskritiste, formateur et conférencier dans plusieurs écoles de formation professionnelle de yoga.

La rencontre de Boris Tatzky dont il reçoit l'enseignement depuis plus de 30 ans, est déterminante dans son parcours. Après sa formation à l'EFY de Lyon, il quitte son activité professionnelle d'ingénieur pour se consacrer entièrement à l'enseignement du yoga.

Le désir de comprendre les textes traditionnels le conduit sur la voie des études indiennes à l'université, qui se conclut par une thèse en 2015.

Il a traduit de l'anglais, Les racines du yoga de J. Mallinson et M. Singleton (Almora, 2020) et, a contribué à, Yoga, l'encyclopédie, dirigée par Ysé Masquelier (Albin Michel, 2021).

En savoir plus : www.bibli.yoga



Le Temps du Yoga

Association

Stage avec

Jean-Michel Creisméas

**Le samedi 15 mars
2025**



yoga et méditation

La pratique du yoga et la méditation sont souvent conçues dans le monde moderne comme deux activités distinctes. Pourtant, au regard des traditions indiennes, d'où elles sont issues, elles sont indissociables : toutes les techniques de yoga n'ont d'autre finalité que de préparer à l'expérience méditative.

Nous aborderons la méditation dans la continuité de différentes pratiques de yoga, simples et accessibles à toutes et à tous : mantras, pratique posturale, contrôle du souffle. La conférence portera sur la méditation dans les Yoga-Sûtras, le plus ancien traité de yoga de l'Inde.



Le stage aura lieu :

Le samedi 15 mars 2025

À la Salle polyvalente du Monteil

Horaires : 9h00-13h00 et 14h00-18h30

Pratique : 9h00-13h00 et 16h30-18h30

Conférence : 14h00-16h00

Tarifs stage complet :

Adhérents : 50€

Non adhérents : 60€

Versements d'arrhes à l'inscription : 25€
Ou règlement de la totalité.

Possibilité d'assister uniquement aux conférences avec libre participation aux frais



Stage avec Jean-Michel Creisméas

Bulletin d'inscription à remettre ou à renvoyer avant le 14 février 2025

aux enseignantes de l'association lors des cours ou à la trésorière-adjointe, Laure Fillatre :
984 route d'Auteyrac 43260 St Julien Chapeuil
tél : 06 43 93 43 02

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Profession :

Adresse :

e-mail :

Mobile :