



Caroline Boulinguez
Métro Bastille ou Sully Morland
Boîte Postale : 24 Boulevard Henri IV
Studio : 23 rue de la Cerisaie
75 004 Paris – France
+ 33 (0)1 44 07 31 33
caroline.boulinguez@samasthitistudio.net
www.samasthitistudio.com



Janvier 2008 (du 6 au 12 et du 13 au 19)

Workshops Sri Lanka

Découvrez le charme des plages de l'Océan Indien à **une pratique rigoureuse et méditative de l'Ashtanga** (possibilité de **massage ayurvédique**)

Vous serez accueillis sur une terre de spiritualité, de pèlerinage bouddhique (découverte du temple de la dent de Bouddha) et dans un cadre unique (végétation luxuriante et grandes plages désertes). Marie Cassagne, décoratrice professionnelle, a fait le choix de créer et de vivre dans un lieu confidentiel et raffiné. Avec son équipe, elle donnera le meilleur pour vous recevoir dans cette jolie « Guest house » de Bentota située à cinquante kilomètres de Colombo (capitale du Sri Lanka)



Nous vous proposerons un stage où la méditation, le Pranayama et la pratique du Yoga seront l'écho de cet endroit propice.

Plusieurs formules et dates (2 semaines au choix + Prolongation excursion possible) :

- Du 6 janvier au 12 janvier 2008 (A) + prolongation excursion 13 au 16/01 (C)
- Du 13 janvier au 19 janvier 2008 (B) + prolongation excursion 20 au 23/01 (D)

Différents prix: Transports sur place/hébergement/stage de Yoga (**Hors billet d'avion Paris/Colombo A/R**) Tout dépendra du nombre effectif de participants sur les options proposées.

- *Semaine A ou B (tout compris - chambre double - 7 jours) : 650€
- *Semaine A ou B (tout compris - chambre simple (+125€) - 7 jours) : 775€
- *prolongation excursion C ou D (chambre double- 4 nuits-hôtel Kandy) 200€

Nombre de participants minimum : 7 personnes par semaine
Pour toute information complémentaire n'hésitez pas à nous contacter