



*« Le YOGA propose à  
l'humanité un message  
plein et entier  
Un message pour  
le corps humain  
Un message pour  
l'esprit humain  
Un message pour  
l'âme humaine »*

*(Swami Kuvalayananda,  
1883-1966)*



**Françoise LUCAS**  
**06 30 20 79 60**

**www.arbre-voyageur.fr**

**BAILLY- CRECY- VILLIERS**

**77700 77580**



association loi 1901

**Association VAL d'EUROPE  
YOGA-ARTS-PSYCHOTHERAPIES  
FEDERATION FRANCAISE de HATHA-YOGA**

**COURS COLLECTIFS**

**YOGA**

**TRADITIONNEL**

**YOGATHÉRAPIE**



CONTACT :

Françoise LUCAS

06 30 20 79 60

PROFESSEUR de YOGA  
diplômée , 25 ans d'expérience  
(F.F.H.Y.)  
PSYCHOTHERAPEUTE  
au Pôle Médical « Les Tamaris »  
77700 COUPVRAY  
agrée A.R.S.



. Reprise des séances le 3e-  
lundi de Septembre

. Pas de cours collectifs pen-  
dant les vacances scolaires

. Arrêt des cours le dernier  
vendredi de Juin

## Cours collectifs de **HATHA - YOGA**

Yoga traditionnel : travail du corps  
(postures), du souffle,  
relaxation guidée

### **BAILLY ROMAINVILLIERS** **Mercredi de 19h15 à 20h30**

Salle de sport du groupe scolaire  
« Les Coloriades »  
Place de l'Europe, entrée par la cour de  
récréation Boulevard de l'Europe

### **CRECY LA CHAPELLE**

**Jeudi de 9h30 à 10h45**  
**Vendredi de 19h30 à 20h45**  
8, rue Michel HERRY 77580

### **VILLIERS SUR MORIN**

**Lundi de 9h30 à 10h45**  
Salle municipale polyvalente, RDC  
46 rue de Paris, face à la Poste

Forfait annuel de 30 cours de YOGA

**261 €**

(règlement possible du forfait en 3 chèques)

Ou bien à la séance, en collectif: 15 €

Dans tous les cas, prévoir :

- Adhésion annuelle à l'association Veyap: 17 €
- Un certificat médical étant apte à la pratique du Yoga
- Licence annuelle Fédération FFHY: 33 € (ou **fournir attestation d'assurance**)

## **ENERGIE-THERAPIE** **individuelle**

CRECY-LA-CHAPELLE

Enseignant le **yoga** depuis 25 ans,  
**psychothérapeute** agréée par  
l'Agence Régionale de Santé, formée  
à l'**AYURVEDA** (médecine  
traditionnelle indienne), je propose  
des séances individuelles d'Energie-  
thérapie, basées sur l'**écoute**, des  
techniques de **Yoga personnalisé**,  
des **conseils ayurvédiques**, la  
**psychogénéalogie**, le  
**magnétisme**, les **massages**.  
Ces diverses techniques pouvant être  
utilisées séparément ou en synergie.

La séance d'une heure: 60€  
Sur RDV au 06 30 20 79 60

## STAGES

D'une journée (65 € ou 70€, selon ma-  
tériel), généralement un dimanche.

- **Création de MANDALAS person-  
nalisés et écologiques**

- **Live Music'YOGA : Yoga du son,  
mantras chantés, accompagnés  
de percussions et clavier**

**Repas BIO** complets et raffinés, éla-  
borés par une **diététicienne** le midi  
(+ 15€)

Inscriptions au 06 30 20 79 60