



## STAGE été Août 2023

**Dates :** du dimanche 6 août à 17h au mercredi 16 août 2023 à 14h

**Programme :** hatha yoga, pranayama, méditation, calligraphie, théorie

**Tarif : 1210 €** (400 € d'arrhes à régler lors de l'inscription)

Possibilité d'un massage ayurvédique individuel, séance réflexologie, entretien naturopathie (tarif : 50€)

**Lieu :** LE JARDIN DE SAFRAN, les bois de la Font, 46260 VARAIRE

- **En bus :** Par bus, vous pouvez rejoindre le Jardin de Safran à partir de la gare de Cahors et descendre à Concots (quelques kilomètres de Varaire), où nous pourrons aller vous chercher si vous nous prévenez au minimum deux jours avant. Les horaires des bus sont disponibles sur : [www.lot.fr/documents/guide\\_horaire\\_transports.pdf](http://www.lot.fr/documents/guide_horaire_transports.pdf) A titre indicatif, un bus fonctionne du lundi au vendredi, Bus Chauchard, tél. 05 65 65 61 21 : - 15h Cahors (gare) - 15h30 Concots - 10h Concots - 10h30 Cahors (gare+centre ville) Un autre bus circule en période scolaire, Cars Delbos, tél. 05 65 34 00 70
- **En voiture :** De **Toulouse** et **Montauban**, sortir de l'A20 à Cahors **sortie 58** ; prendre la direction Villefranche de Rouergue, Limogne ; traverser Lalbenque, Vaylats, Bach en gardant cette direction, jusqu'à l'entrée dans **Varaire**; là, prendre à gauche la D52 en direction de Couanac et Concots. Après 4,3 kms, en arrivant sur la D911, tourner à droite vers Limogne ; après 200m, prendre à droite la petite route (pancarte « Les Bois de la Font ») qui mène au Jardin de Safran.



## Bulletin d'inscription stage Août 2023

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Tél \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Je m'inscris au stage du dimanche 6 août à 17h au mercredi 16 août 2023 à 14h

Arrhes 400€ par chèque ou virement à l'inscription.

Date et signature