



# *Stage de Yoga Iyengar avec Eve & Guillaume*



*30 Avril - 6 Mai 2023*

*Bab Zouina,  
Au pied de l'Atlas, Marrakech*





## GUILLAUME DERRIEN

Guillaume découvre le yoga en 1993, qu'il pratique dans un premier temps en complément des arts martiaux. Il suit la formation de professeurs Sivananda en Inde du Sud puis étudie l'Ashtanga Vinyasa Yoga et le Yoga Nidra. En 2001, il découvre le Yoga Iyengar et se forme avec Faeq et Corine Biria. Guillaume décide d'abandonner sa carrière d'archéologue pour se dédier exclusivement à l'enseignement du yoga. Il enseigne à Paris et Nanterre. [www.samadhi-yogashala.fr](http://www.samadhi-yogashala.fr)

## EVE MERMÉ DERRIEN

Eve pratique le yoga Iyengar depuis 2001. La découverte en Inde de cette méthode, précise et rigoureuse est pour elle une «révélation». A Paris, elle se forme à l'enseignement avec Faeq et Corine Biria proches disciples de B.K.S. Iyengar. Eve abandonne progressivement sa carrière dans le milieu du cinéma pour se consacrer à sa passion pour l'étude et l'enseignement du yoga. Eve enseigne dans plusieurs centres de Yoga à Paris.



La pratique se fera dans une belle salle de yoga de 80 m<sup>2</sup> ou sur la terrasse ombragée avec vue sur l'Atlas. Les props (tapis, briques, couvertures, ceintures, chaises, cordes au mur, etc.) sont à disposition.

# PROGRAMME

## Dimanche 30 avril

Selon horaire : Transfert vers Bab Zouina de l'aéroport RAK

18h30 - 20h : Pratique restaurative

20h30 : Diner & informations

## Lundi, Mercredi, Vendredi

8h - 8h30 : Pranayama (sauf lundi)

8h30 : Petit déjeuner léger

10h - 12h30 : Asanas

12h30 : Repas

13h30 - 17h : Temps libre

17h - 19h : Asanas (pratique restaurative)

20h : Dîner

## Mardi & Jeudi

8h - 9h : Asanas

9h : Petit déjeuner léger

10h : Départ excursion (Marrakech & Montagnes de l'Atlas)

18h - 19h30 : Pratique restaurative

20h : Dîner

## Samedi 6 mai

8h - 8h30 : Pranayama

8h30 : Petit déjeuner léger

10h - 12h30 : Asanas

12h30 : Repas

Selon horaire : Départ vers aéroport





# INSCRIPTION

Le nombre de place est limité à 25 personnes. Le stage se tiendra avec un minimum de 8 participants. Un acompte de EUR 500 est requis pour confirmer l'inscription. Le solde devra être payé avant le 5 avril 2023.

Inscrivez-vous en envoyant un email à : [marhaba@babzouina.com](mailto:marhaba@babzouina.com)



# PRIX DU STAGE

Selon le type de chambre le prix varie entre 960 et 1'410 euros. Il comprend l'enseignement, l'hébergement, les repas à Bab Zouina, l'excursion et le pic-nic dans l'Atlas, la visite de Marrakech ainsi que les transferts de et vers l'aéroport. Des fruits de saison et fruits secs et du thé marocain sont proposés à volonté.







## BAB ZOUINA

Le stage se déroulera à Bab Zouina, une ferme d'hôtes traditionnelle, située dans la vallée de l'Ourika (à 30 km de Marrakech) dans un magnifique domaine au milieu des oliviers ; une piscine est à disposition pour les amateurs. Le domaine regorge de terrasses et d'endroits paisibles pour se ressourcer. Les jardins botaniques et aromatiques entourant la propriété confèrent au lieu un charme poétique et invitent à une douce méditation.



Le logement se fait en chambre single, double ou triple. Certaines salles de bain sont partagées entre 2 chambres.

En option: hammam, massage à l'huile, massage Shiatsu.



Les repas seront cuisinés avec des produits frais du terroir et permettront aux participants de découvrir la cuisine locale avec des recettes berbères et marocaines.