

Stage de Yoga Iyengar

avec Eve Mermé

29 mars - 4 avril 2026



BabZouina
yoga, nature & retreat



Eve Mermé

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 est actuellement certifiée Niveau 3 (Junior 3). Elle enseigne dans plusieurs centres de Yoga à Paris, ainsi qu'en milieu hospitalier. Elle est également membre du conseil d'admission de l'Afyi, mentor et jury d'examen.

Pour plus d'infos: <https://www.samadhi-yogashala.fr/>

IG: <https://www.instagram.com/eve.merme>



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



Dans une villa marocaine traditionnelle, **Bab Zouina**

Le stage se déroulera dans une belle villa traditionnelle marocaine située dans la vallée de l'Ourika (30 km de Marrakech) dans une magnifique propriété entourée d'oliviers.

Loin du stress urbain, Bab Zouina a gardé un esprit authentique et serein, respectueux de l'environnement. La maison principale est construite écologiquement en pierre de taille et les nouveaux bâtiments en briques de terre naturelle.

Avec un jardin ornemental luxuriant conçu par l'artiste et paysagiste suédoise Catharina von Unge, l'environnement offre une oasis de méditation et de paix.

...un esprit authentique et serein,
respectueux de l'environnement.





Les plats traditionnels marocain et berbères sont cuisinés quotidiennement avec des produits frais et locaux.

Les chambres d'hôtes sont spacieuses et authentiques: tapis, coussins, artisanat, et des lits confortables.





Promenez-vous librement dans la campagne car le temps sera ensoleillé, autour de 25°C le jour et 10°C la nuit. Une piscine d'eau naturelle est disponible.

La vallée de l'Ourika regorge d'activités culturelles, récréatives et de plein air. Les activités proposées comprennent: la visite d'une safranière, d'un jardin botanique ou d'un souk berbère, la randonnée dans les montagnes ou la fabrication de pain avec les femmes du village (sous réserve de disponibilité).

Inscription & Prix*

| | |
|---|--------------|
| Chambre triple | €1'070/pers. |
| Chambre double avec salle de bain partagé | €1'280/pers. |
| Chambre double avec salle de bain privée | €1'370/pers. |
| Chambre single avec salle de bain partagé | €1'460/pers. |
| Chambre single avec salle de bain privée | €1'670/pers. |

***Réduction de € 100 pour les inscriptions anticipées jusqu'au 30 septembre 2025**

Ce tarif comprend:

- l'enseignement
- l'hébergement
- les repas à Bab Zouina
- les transferts de et vers l'aéroport
- des fruits et du thé marocain à tout moment.

Le nombre de places est limité à 25 personnes. Le cours se déroulera avec un minimum de 8 participants.

Un acompte de 500 euros est requis pour valider l'inscription. En cas d'annulation avant le 31 décembre 2025, 50% de cet acompte seront remboursés, et un avoir de 50% valable pendant 12 mois sera émis. Au-delà de cette date, nos conditions d'annulation habituelles s'appliquent.

Le solde doit être payé avant le 28 février 2026.

Inscrivez-vous en envoyant un email à: marhaba@babzouina.com ou via WhatsApp: +41-79-336.48.48

En option:

- Montagnes de l'Atlas: 45 euros/pers.
- Visite de Marrakech: 35 euros/pers.
- Hammam, massage à l'huile, massage Shiatsu

Programme (à titre indicatif)

Dimanche 29 mars 2026: Arrivée

| | |
|---------------|--------------------------------|
| Selon horaire | Transfert vers Bab Zouina |
| 17h30 - 19h00 | Asanas (pratique restaurative) |
| 19h30 | Dîner & informations |

Mardi & Jeudi

| | |
|-------------|--|
| 7h45 - 9h | Asanas & Pranayama |
| 9h | Petit déjeuner |
| 10h | Excursion optionnelle (Marrakech & Montagnes de l'Atlas) |
| 18h - 19h30 | Pratique restaurative |
| 19h30 | Dîner |

Lundi, Mercredi, Vendredi

| | |
|---------------|--------------------------------|
| 7h45 - 8h15 | Pranayama & méditation |
| 8h30 | Petit déjeuner léger |
| 10h - 12h30 | Asanas |
| 12h30 | Déjeuner |
| 13h30 - 16h30 | Temps libre |
| 16h30 - 18h30 | Asanas (pratique restaurative) |
| 19h30 | Dîner |

Samedi 6 avril 2026

| | |
|---------------|----------------------|
| 7h45 | Boissons chaudes |
| 8h - 10h | Asanas |
| 10h30 | Brunch |
| Selon horaire | Départ vers aéroport |



BabZouina
yoga, nature & retreat