

# Stage Yoga du Cachemire

## Animé par Koos Zondervan

### Le week-end du 2 et 3 juin 2018



#### **Le stage**

L'enseignement du yoga du Cachemire, par Koos Zondervan, consiste à utiliser les techniques traditionnelles du hatha-yoga (*asana, pranayama, bandha, mudra*), pour arriver à un état « impersonnel », libre de toutes tensions.

La particularité de cet art du yoga repose sur l'importance donnée au sens tactile, aux évocations et à la stimulation du corps énergétique. A l'occasion de ce stage, la pratique sera enrichie de son aspect théorique.

#### **Koos Zondervan**

Né en 1947, il vit aux Pays-Bas. Il a reçu l'enseignement spirituel non-duel de plusieurs maîtres comme Wolter Keers (élève d'Atmananda Krishna Menon), Swami Ranganathananda (tradition Shankaracharya), ainsi que Jean Klein. Particulièrement touché par l'approche de Jean Klein, Koos Zondervan décide d'approfondir et de transmettre cet enseignement.

Koos enseigne le yoga depuis 1978. Avec l'appui de Jean Klein, il publie dans les années 80 un livre pratique sur le yoga du Cachemire: *Le yoga tantrique*, Editions Almora, 2010.

Plus récemment il publie un livre sur ses expériences spirituelles avec Jean Klein : *Yoga du cachemire un chemin spirituel*, vient de paraître en France, Editions Almora, 2017.

#### **Informations pratiques**

Le stage aura lieu à Paris 9<sup>ème</sup>

Dates et horaires : 2 & 3 juin, de 9h à 18h

Tarifs : 180€ le weekend.

90€ le samedi ou le dimanche

Nombre de participants limités.

#### **Inscription et renseignements :**

Liliane Gonçalves : 0611734483

[lili.lafleurdor@gmail.com](mailto:lili.lafleurdor@gmail.com)