

## Bulletin d'inscription

Stage du Dr Bhole du 6 au 10 juillet 2013

Pour valider votre inscription

- remplir ce bulletin
  - joindre **impérativement** les 2 chèques de règlement à l'ordre du Cercle de l'Arbre Vert
- Envoyez l'ensemble avant le 10 juin 2013 à :

**Sylviane Cagnoli**  
25 bd de la Commune de Paris  
93 200 Saint-Denis

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : .....

Ville : .....

Tél : .....

E-mail : .....

**Cochez la formule de votre choix  
et ajouter si nécessaire l'adhésion à l'association**

- Stage en pension complète  
+ 1er chèque : 190 € - 2è chèque : 377 €
- Stage en pension complète + arrivée vendredi soir  
+ 1er chèque : 190 € - 2è chèque : 409 €
- Stage sans hébergement avec repas  
+ 1er chèque : 150 € - 2è chèque : 290 €
- Stage sans hébergement sans repas  
+ 1er chèque : 150 € - 2è chèque : 200 €
- J'ajoute 16 € au 2è chèque si je n'ai pas réglée l'adhésion pour la période du 1er sept 2012 au 31 août 2013.

Date :

Signature :



## INFORMATIONS PRATIQUES

**Dates :** du samedi 6 juillet à 10h au mercredi 10 juillet à 16h

### Centre de l'Etoile :

Situé au cœur du Mans, et au milieu d'un grand parc, cet ancien monastère et ses jardins intérieurs sont propices au recueillement : 26 rue Albert Maignan, 72000 Le Mans  
Accès TGV + 15 mn à pied depuis la gare. Parking gratuit.

### Formules et tarifs

#### Stage en pension complète : 567 €

4 nuits en chambre individuelle + repas + p. déjeuners  
1er chèque : 190 € - 2è chèque : 377 €

#### Stage en pension complète + arrivée la veille : 599 €

4 nuits en chambre individuelle + repas + p. déjeuners  
+ vendredi soir (1 nuit + p. déjeuner)  
1er chèque : 190 € - 2è chèque : 409 €

#### Stage sans hébergement avec repas : 440 €

Petits déjeuners après la pratique du matin + déjeuners  
1er chèque : 150 € - 2è chèque : 290 €

#### Stage sans hébergement sans repas : 350 €

1er chèque : 150 € - 2è chèque : 200 €

#### Adhésion obligatoire au Cercle de l'Arbre Vert : 16 €

Le montant de 16 € est à ajouter à votre 2è chèque, sauf si vous avez déjà réglé votre adhésion pour la période du 1er sept 2012 au 31 août 2013.

### Conditions d'inscription

Pour que votre inscription soit validée, elle doit impérativement être accompagnée de 2 chèques de la formule choisie

- le 1er chèque est encaissé à réception de l'inscription
- le 2è chèque est encaissé après le stage

**En cas de désistement** après la date limite du 10 juin le 1er chèque ne pourra être remboursé.

A l'issue du stage vous recevrez une facture et un certificat de stage.

### Contact inscriptions et organisation :

Sylviane Cagnoli : 06 21 08 49 56  
anubhava.france@gmail.com



# Anubhava Yoga

Enseignement de yoga  
du Dr M.V. Bhole

## STAGE

# Relire, comprendre, expérimenter et vivre la Hathapradâpikâ

**du 6 au 10  
juillet 2013**

**Centre de l'Etoile  
Le Mans**



## Le Docteur M.V. Bhole



Le Docteur Mukund V. Bhole a consacré sa carrière à la recherche sur le yoga, sa physiologie, sa pratique et ses applications thérapeutiques. Médecin, yoga-thérapeute et yogâcharya indien, il est connu dans le monde du yoga pour son interprétation des concepts

du prânâyâma dans une compréhension de la physiologie médicale moderne.

Il a été, durant 30 ans, co-directeur du département de recherche scientifique de physiologie du yoga de l'**Institut de Kaivalyadhama** à Lonavla (Poona, Maharashtra, Inde). Ce centre de recherche a été fondé dès 1924, avec l'aide du gouvernement, par **Swami Kovalyananda**, pionnier de l'interprétation scientifique du yoga issu des Vêda.

Soucieux de transmettre son expérience, le Docteur Bhole a élaboré une démarche d'éducation à la santé : **Anubhâva yoga** ; fruit de ses investigations, enrichies des confrontations menées avec son maître **Swami Digambaraji**, ses collègues chercheurs, philosophes ou hommes de lettres et ses étudiants.

Depuis 1995, le Docteur Bhole consacre plusieurs mois par an à l'enseignement de sa démarche Anubhâva yoga à travers le monde : en Europe (France, Italie, Angleterre, Luxembourg) mais aussi au Japon, en Amérique du Nord et du Sud. Depuis plus de 15 ans, il nous fait l'honneur d'enseigner chaque année en France à l'invitation de l'association "**Le Cercle de l'Arbre Vert**" située au Mans (72).

## Thème du stage

### Relire, comprendre, expérimenter et vivre la Hathapradîpikâ

Depuis quinze ans que le Dr. Bhole est invité par l'association Le Cercle de l'Arbre Vert, il nous a fait avancer par touches successives dans la compréhension des Yogasûtra de Patanjali et de la Hathapradîpikâ.

Cette année, il nous propose une récapitulation de son enseignement sur la Hathapradîpikâ.

Le Dr. Bhole a à cœur de nous faire vivre dans toute sa richesse ce texte extraordinaire et complexe en revenant au texte sanskrit.

Et cela change tout ! Car comment fonder sa pratique sur une transcription en français ou en anglais de termes qui sont propres au sanskrit et qui ne peuvent être saisis que par une expérience précise ? Dans une compréhension plus juste et éclairée, tant les âsanas que les techniques de pranâyâmâ prennent une saveur nouvelle.

#### ● Pour plus d'information sur la démarche du Dr Bhole, vous pouvez contacter

Emmanuel de Catuêlan : 01 42 12 04 38  
emmanueldecatuêlan@gmail.com

#### ● Pratique

Pensez à apporter votre tapis de yoga et votre coussin ou votre banc de méditation. Vous pouvez également vous munir de vos textes des Yoga Sûtra de Patanjali et du Hathapradîpikâ.

## Anubhava Yoga

### Anubhâva signifie « expérience » en sanskrit.

Anubhâva yoga est une démarche d'éducation à la santé basée à la fois sur les concepts traditionnels du yoga et sur l'expérience intérieure des pratiques du yoga.

Il s'agit d'une méthode systématique qui, s'appuyant sur les concepts tels qu'ils sont exposés dans les textes de la tradition, propose leur mise en oeuvre à travers la pratique et l'exploration de la nature des sensations et des perceptions de l'expérience intérieure.

Le stage se déroule sur la base d'exercices pratiques reliés à la théorie dans une dynamique d'échanges avec les élèves.

Le stage est ouvert à toute personne pratiquant le yoga : enseignant, élève de tout niveau, thérapeute...

La totalité des propos du Dr Bhole sont traduits en simultané de l'anglais en français.

### Les autres rendez-vous du Dr Bhole en France en 2013

- 18, 19, 20 mai à Annecy - Congrès de la Fidhy  
Contact : [www.fidhy.fr](http://www.fidhy.fr)
- 25 et 26 mai à Angers  
Stage : L'expérience de la colonne vertébrale  
Contact : 06 09 48 03 16 - [keity.anjoue@free.fr](mailto:keity.anjoue@free.fr)
- 12 et 13 octobre à Paris 6e  
Stage au Forum 104  
Contact : [anubhava-france@gmail.com](mailto:anubhava-france@gmail.com)

