

AU BORD



DU LAC

RETRAITE YOGA YŪNI

Programme

DU 31 JUILLET AU 02 AOÛT 2026

AVEC JULIA DA ESCOSSIA ET ANDRÉ BORIN



Les professeurs

Julia da Escossia

André Borin

Le couple aura la joie de vous accompagner tout au long de cette retraite proposée par Yoga Yūni.

À travers leur créativité et leurs connaissances, ces deux professeurs vous invitent à vivre un moment de joie et de sérénité — une parenthèse estivale pour vous recentrer, vous reconnecter à vous-même et savourer pleinement votre propre présence.





Le lieu

Centre Eden

Le Centre Eden nous accueillera pour cette retraite dans un cadre naturel apaisant, en bordure du lac des Îles. Ce lieu invite au ralentissement, à la connexion et au ressourcement, tout en offrant un environnement propice aux échanges et à l'introspection.



ADRESSE

Centre Eden
240, chemin du Lac Violon, Ste-
Marguerite-du-Lac-Masson

Informations



Dates et Horaires

Arrivé le vendredi 31 juillet à 16h

Départ le dimanche 2 août à 16h

Prix

750\$ par personne (suite individuelle)

600\$ par personne (suite double avec lit double partageable entre ami.es ou couple).

Dépôt : 250\$ (non remboursable)

La balance doit être payée au plus tard le 10 juillet 2026

Inclus

Hébergement de 2 nuits

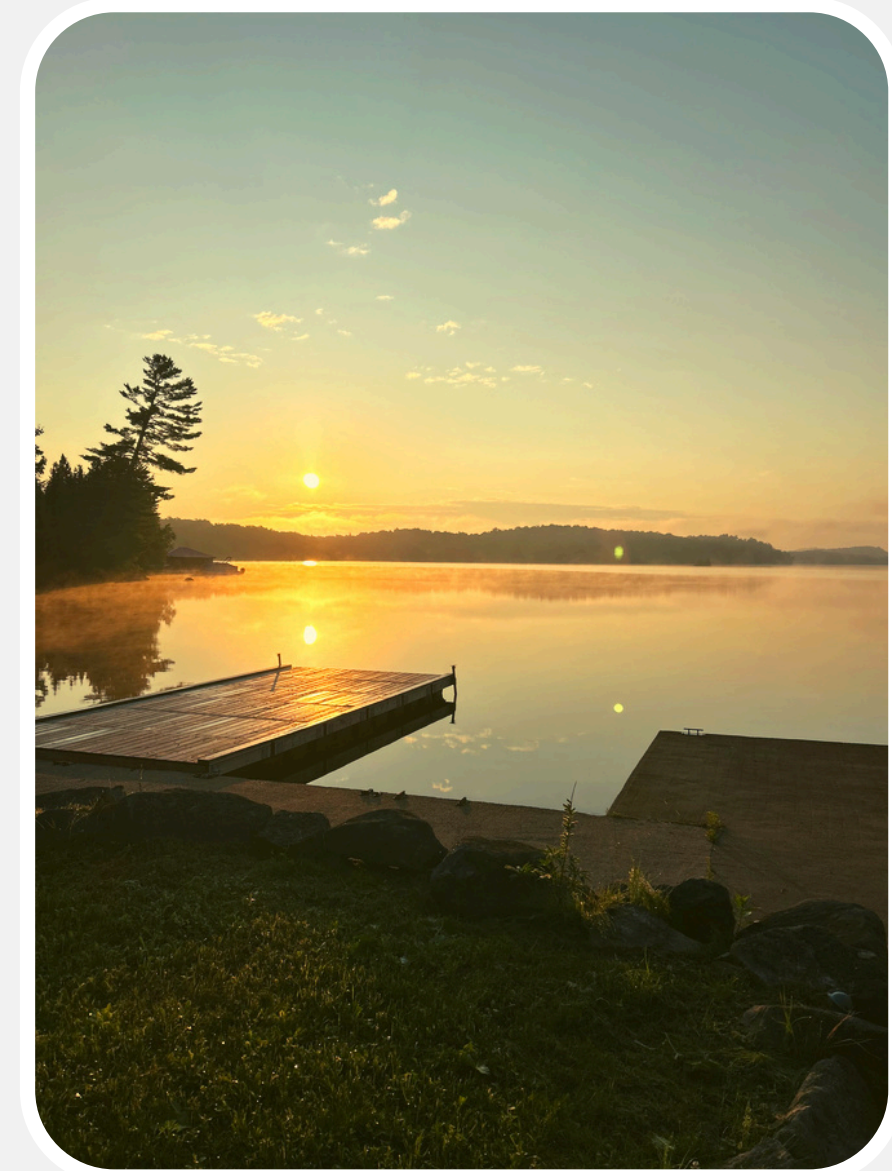
6 repas (local, bio et végétarien (option végétalienne)

Pratiques et ateliers de Yoga et d'Ayurveda

*Transport et taxes non inclus (covoiturage possible)

**Toutes les allergies et intolérances alimentaires doivent être communiquées à l'avance.

*** 4 Chambres Simples et 8 Chambres Doubles lit à partager



Calendrier



Vendredi, 31 juillet 2026

16h à 17h - Arrivée

18h - Souper

Pratique Yoga Doux & Restaurateur

22h - Couvre-feu



Samedi, 1 août 2026

6h30 - Réveil

Pratique matinale

Déjeuner

Temps libre

Atelier d'inversion

Dîner

Temps libre

Atelier de cuisine ayurvédique

Souper dégustation

Satsang sur la vie

22h - Couvre-feu



Dimanche, 2 août 2026

6h30 - Réveil

Atelier de Prānāyāma

Déjeuner

Temps libre

Atelier de Méditation

Dîner

Temps libre jusqu'au départ

22h - Couvre-feu



Inscription



1) Conditions d'admission

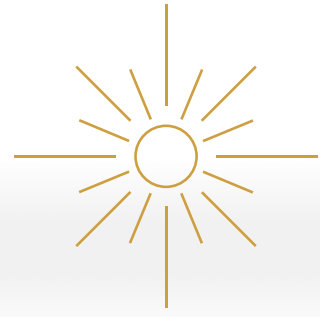
Seules les personnes issues de la communauté de Yoga Yūni — élèves actuel·le·s, ancien·ne·s élèves, patient·e·s ou personnes référées — seront admises à la retraite, afin de préserver la sécurité et le bien-être de tou·te·s.

2) Demande d'inscription

Envoyez-nous un courriel avec le sujet « Retraite en plein été au bord du lac » [**yogayunimontreal@gmail.com**](mailto:yogayunimontreal@gmail.com)

3) Réservation et Paiement

Vous devez remplir le formulaire envoyé par courriel et payer le montant du dépôt ou le montant total afin d'assurer votre place.



Namaste