

AU BORD



DU LAC

RETRAITE YOGA YŪNI

Programme

DU 9 AU 11 OCTOBRE 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 9 octobre de 16h à 18h
Départ le dimanche 11 octobre (horaire libre
en PM après le Satsang)

Prix (avant taxes)

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 15 septembre 2026

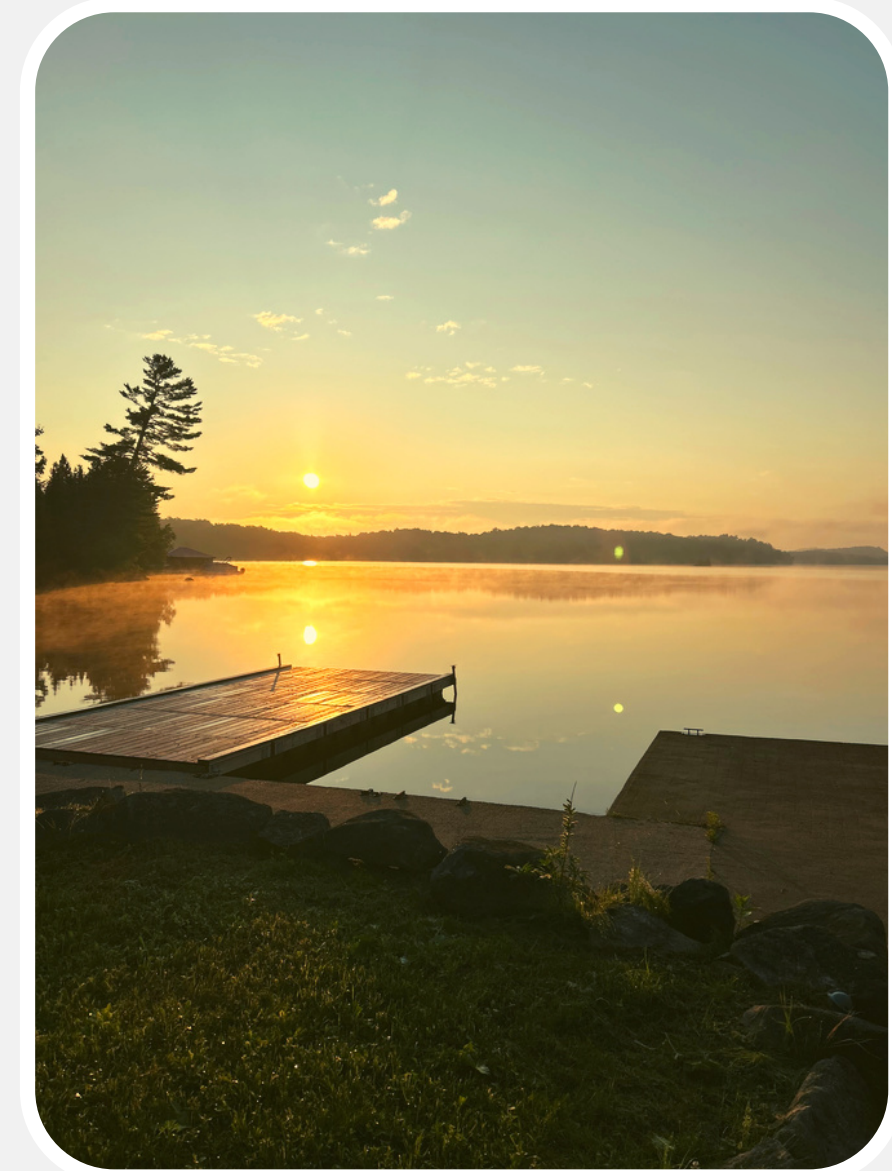
Inclus

Hébergement de 2 nuits
4 repas (local, bio et ayurvédique)
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.

*** 12 Chambres Doubles (option de partager la chambre et le lit)



Calendrier



Vendredi, 9 octobre 2026

16h à 18h - Arrivée

18h30 - Souper

Pratique Yoga Doux

21h - Couvre-feu



Samedi, 10 octobre 2026

6h30 – Réveil

Pratique matinale

Repas

Temps libre

Pratique

Atelier de cuisine ayurvédique

Souper dégustation

Satsang

21h – Couvre-feu



Dimanche, 11 octobre 2026

6h30 - Revêil

Atelier de pranayama et méditation

Brunch d'Action de Grâce

Satsang

Temps libre jusqu'au départ



*Des fruits et des noix seront disponibles comme collations tout au long de la journée

Inscription



1) Conditions d'admission

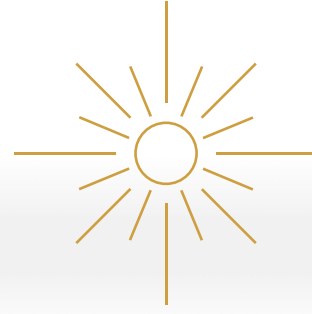
Seules les personnes issues de la communauté de Yoga Yūni — élèves actuel·le·s, ancien·ne·s élèves, patient·e·s ou personnes référées — seront admises à la retraite, afin de préserver la sécurité et le bien-être de tou·te·s.

2) Demande d'inscription

Envoyez-nous un courriel avec le sujet « Retraite bord du lac - Grâce Automnale »
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