

Kundalini Yoga
d'après Yogi Bhajan®
Certifié KRI

JOURNEE D'IMMERSION EN MEDITATION



Ecole Internationale de
la Vie Sacrée



en personne
et en-ligne
France 2025

enseigné / traduit
en anglais et français



APERÇU

- 3 - dates/l'heures
- 4 - les formateurs
- 5 - Structure/objectif pour la journée
- 6 - matériel requis - lieu
- 7 - transport
- 8 - prix
- 9 - comptes bancaires
- 10 - réserver votre place - annulation

Voir le site web pour réserver votre place :
www.iksarandhian.com

Email questions à :
ishwarak@hotmail.co.uk



DATE

25 Juillet 2025

LES HEURES

**en personne et en-
ligne**

Méditations :

09h à 18h (heure français)

08h à 17h (heure Britannique)

Repas et cérémonie de
certification :

18h à 19h30 (heure français)

17h à 18h30 (heure
Britannique)

La formation se déroulera en
personne **et** en ligne en
même temps, il s'agit donc
d'une formation hybride.

Lorsque vous réservez votre
place, indiquez l'option que
vous souhaitez.

FORMATEURS

Ishwara Kaur

Lead Trainer - Ishwara a pratiqué et enseigné le Kundalini Yoga depuis 2000. Elle forme des enseignants depuis 2007. Elle est spécialisée à travailler avec les femmes. Elle est aussi musicienne.

Pour plus d'information sur Ishwara voir :
www.iksarandhian.com



Kirpal Singh

Lead Trainer - Kirpal a pratiqué et enseigné le Kundalini Yoga depuis les années 90. Il est formateur en Karam Kriya et conseiller. Il est aussi musicien.

Pour plus d'informations sur Kirpal voir :
www.iksarandhian.com

STRUCTURE DU JOUR

- chaque journée d'immersion en méditation, nous pratiquerons différentes méditations.
- chaque méditation durera 31 ou 62 minutes ou 2,5 heures pour un total de 6 heures de méditation.
- il y aura une courte pause entre chaque méditation.
- à la fin de la journée, nous prendrons un repas.
- le repas sera suivi d'une cérémonie de certification pour les personnes ayant terminé leur formation d'enseignant de niveau I.

OBJECTIF DU JOUR

- c'est l'occasion de se retrouver en sangat.
- pour se connecter et échanger avec les autres.
- pour approfondir votre expérience / pratique de la méditation.
- c'est l'un des prérequis pour la certification du niveau I



LIEU

Gite Barané, 09290, Gabre,
Ariège,
Midi-Pyrénées, France.
www.barane.fr

TRANSPORT

Nous vous enverrons un e-mail, afin que vous puissiez vous mettre en relation concernant le voyage, une semaine avant.

Voir le site Web pour les informations de voyage:
<https://www.barane.fr/contact/>

MATERIEL REQUIS POUR LA JOURNEE

- peau de mouton / tapis de yoga
- Bouteille d'eau / thermos (facultatif)
- De quoi vous couvrir la tête
- châle de coton ou de laine / couverture pour la relaxation

MATERIEL REQUIS POUR LE NUIT

- serviette de toilette

RESTER LA NUIT

En fonction de la taille du groupe, l'hébergement sera réparti entre chambres à coucher et tentes à l'extérieur.

PRIX

En personne

arrhes: 30€/£20

balance: 45€/£45

Montant total: 75€/£65

CECI INCLUT

- 1 jour de méditation
- boisson et collations
- 1 repas

MAIS N'INCLUT PAS

- Transport
- Hébergement

PRIX

En-ligne

arrhes: 30€/£20

balance: 30€/£30

Montant total: 60€/£50

HEBERGEMENT

1 nuit: 30€

2 nuit: 60€

(prix inclut petit-déjeuner)

ARRHES

Des arrhes de £20/30€ (non remboursables) sont nécessaires pour réserver votre place.

BALANCE DES PAIEMENTS

Payable 2 semaines avant.

FRAIS BANCAIRES

Si vous effectuez un paiement à notre banque française à partir d'un pays qui n'utilise pas l'euro, assurez-vous de convertir le paiement en euros avant de l'envoyer. Sinon, il y aura des frais bancaires et ce sera un coût supplémentaire pour vous.

**PAIEMENT EN
POUND
STERLING**

Cooperative Bank

Name : Heidi Machin

IBAN : GB04 CPBK 0891
0405 1725 48

BIC/Swift : CPBK GB 22

Address:

The Co-operative Bank
Central Customer
Services

PO Box 48, 1 Balloon
Street

Manchester, M60 1GP

**PAIEMENT EN
EUROS A UNE
BANQUE
FRANÇAISE**

AXA Banque

Nom : H. Machin

SWIFT : AXABFRPP

IBAN : FR76 1254 8029
9852 4234 8151 418

Les montants payés ne
sont pas remboursables.

RESERVER VOTRE PLACE

- Completez le formulaire sur notre site web.
- Effectuez le virement sur notre compte.
- Indiquez votre nom et 'DOM'
- Scannez le justificatif du virement.
- Envoyez le à ishwarak@hotmail.co.uk avec la date d'évènement.

ANNULATION

Dans l'éventualité où la journée doit être annulée avant le commencement, par Ik Saran Dhian, tous les paiements seront remboursés.

Nous ne prenons aucune responsabilité pour couvrir les frais de voyage ou toutes autres dépenses que vous avez engagés. Ceci s'applique également lorsqu'il est nécessaire de changer l'emplacement du lieu.

EGALITE DES CHANCES ET NOS PREROGATIVES

La journée est ouverte à toute personne indépendamment de sa religion, de son âge, de son origine, de son orientation sexuelle ou de son sexe.

En revanche, nous nous réservons le droit de refuser l'accès à la formation à tout étudiant si son caractère est inapproprié à la formation et de lui refuser de continuer la formation si son comportement est discriminatoire ou inapproprié.

MISCELLANEOUS

Vous allez automatiquement être mis sur la liste d'envoi du bulletin d'informations de ISD.

Pour les questions contacter:
ishwarak@hotmail.co.uk



email questions à:
ishwarak@hotmail.co.uk

