

21 ETAPES DE MEDITATION

Kundalini Yoga
d'après Yogi Bhajan®
Certifié KRI



Ecole Internationale de
Vie Sacrée



2026 - Lourdes, France,
Hautes Pyrénées

enseigné / traduit
en anglais et français

APERÇU

dates - 3

le lieu & conditions requises - 4

les formateurs - 5

transport - 6

matériel requis pour la formation - 7

prix - paiements - 8

comptes bancaires - 9

réserver votre place - annulation - 10

égalité des chances - 11

Voir le site web pour des informations
générales et pour réserver votre place :
www.iksarandhian.com

Email questions à :
ishwarak@hotmail.co.uk



DATES 2026

5 mai à 18h au 11 mai à 10h

Deuxieme voyage de sept étapes

Voir notre site web pour plus
d'information generale :
www.iksarandhian.com

LE LIEU

La formation est résidentielle et se déroulera au :

58 rue du Bourg 65100 Lourdes,
Hautes-Pyrénées, France

Le lieu est situé au pied des Pyrénées, dans le vieux Lourdes, lieu de pèlerinage depuis plus de 100 ans.

La formation se déroule dans un hôtel reconverti, historiquement dédié à l'accueil des pèlerins.

L'hébergement se fera en dortoirs et en chambres partagées, avec lits simples et lits superposés.

CONDITIONS REQUISES

- Nous proposons l'ensemble de la formation sur trois ans - un voyage par an.
- Les étudiants doivent suivre les trois parties de la formation pour recevoir leur certificat.
- À ce stade, vous devez vous engager uniquement dans cette partie de la formation.
- Voir notre site web pour le contenu des trois sessions.
- www.iksarandhian.com

LE LIVRE

Etre en possession du livre est recommandé mais pas obligatoire: '21 stages of Méditation' (disponible en anglais seulement).

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

TRANSPORT

Le lieu de la formation se trouve à 11 minutes à pied de la gare de Lourdes et à 10 minutes en bus de l'aéroport de Tarbes-Lourdes.

Des trains réguliers desservent Toulouse et Bordeaux, ainsi que Paris (y compris les trains-couchettes).

Il n'est pas possible de se garer sur place, mais plusieurs options de stationnement sont disponibles

en ville. Nous vous fournirons des informations sur les possibilités de stationnement quelques semaines avant le début de la formation.

Une semaine avant le début de la formation, nous vous enverrons un courrier électronique afin que vous puissiez vous mettre en contact les uns avec les autres en ce qui concerne le voyage.



MATERIEL REQUIS POUR LA FORMATION:

- sac de couchage
- peau de mouton / tapis de yoga
- Bouteille d'eau / thermos (facultatif)
- serviette de toilette
- sac de toiletage
- De quoi vous couvrir la tête
- châle de coton ou de laine / couverture pour la relaxation
- Chaussons
- Vêtements chauds pour la sadhana en plein air
- vêtements de pluie et chaussures pour marcher
- Papier et crayon pour prendre des notes
- Instruments de musique
- Mesdames, soyez préparées - la pratique peut changer le cycle menstruel.



TARIF

- arrhes de 200€/£170
- restant du : 460€/£370

• Montant total : 660€/£540

CECI INCLUT

- 5 jours de formation
- hébergement & pension complete
- certificat (après 3 sessions)
- frais administratifs

MAIS N'INCLUT PAS

Transport aux lieux d'enseignement
Coût pour le livre 21 étapes

PAIEMENTS

ARRHES

Des arrhes de 200€/£170 (non remboursables) sont nécessaires pour réserver votre place.

ATTENTION

- Les places étant limitées, réservez dès que possible.
- Votre place n'est confirmée qu'à la réception du formulaire rempli et de l'acompte.

PAIEMENT DU SOLDE

Dû 2 semaines avant l'évènement

REDUCTIONS

Si vous payez les arrhes 8 semaines avant le début de la formation, votre dernier paiement sera minoré de 40€/£30.

FRAIS BANQUAIRES

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 £ STERLING

Lloyds Bank

Nom : Heidi Machin

IBAN :

GB33LOYD30932300495273

BIC/Swift : LOYDGB21009

PAIEMENT EN EUROS A UNE BANQUE FRANÇAISE

AXA Banque

Name : J B Breckoff

BIC : AXABFRPPXXX

IBAN : FR76 1254 8940 0102
0043 1074 067

Les montants payés ne sont pas remboursables.

RESERVER VOTRE PLACE

- Completez le formulaire sur notre site web.
- Effectuez le virement de l'acompte ou de la totalité du paiement sur notre compte.
- Indiquez votre nom et '21 étapes 2026'
- Scannez le justificatif du virement.
- Envoyez le à ishwarak@hotmail.co.uk

ANNULATION

Dans l'éventualité où la formation 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 engagées. Ceci s'applique également lorsqu'il est nécessaire de changer l'emplacement du lieu.

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

DIVERS

Dans certaines circonstances, par exemple, des restrictions de voyage ou la fermeture de sites, la formation peut être enseignée via zoom.

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

Attention: Seule une formation de niveau I qui est certifiée KRI qualifie à une certification KRI pour le niveau 2 et le niveau 3.

EGALITE DES CHANCES ET NOS PREROGATIVES

La formation 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.





QUESTIONS
ishwarak@hotmail.co.uk