



Souma Tawy Yoga des Pharaons



Centre Sobo Badé à Toubab Dialaw Sénégal du 14 au 16 décembre 2018



<http://www.sobobade.com/>

Sylvie Roux coordinatrice Tél : (+221) 33 836 03 56 / (+221) 77 699 34 38

<https://soumatawyoga.wixsite.com/page>

Par



Makanjuola Jacques Vieyra
Professeur diplômé de l'Institut International de Yoga et Yogathérapie
De Maître Yogi Babacar Khane,
Tél : +33 6.07.95.81.23 et +221 780154081

Synthèse de
YOGA D'EGYPTE ANTIQUE, RAJA YOGA INDIEN (Hatha Yoga),
YOGA TAOISTE CHINOIS (Ch'I Kong, Kung Fu Nei Chia), YOGA NIDRA (relaxation, méditation, visualisation)
YOGA DE LA VERTICALITE, YOGA RYTHME, MANTRA CHANTS (en langue pharaonique et en musique)

yogadespharaons@gmail.com

soumatawyoga@gmail.com

FB : Souma Tawy Yoga Diffusion

<https://soumatawyoga.wixsite.com/page>

Programme du vendredi au dimanche

9h30 à 10h45 pratique / 10h45 à 11h pause / 11h à 12h30 pratique
12h30 à 14h30 pause déjeuner
14h30 à 15h30 pratique / 15h30 à 15h45 pause / 15h45 à 17h pratique et fin

Tarif de la pratique uniquement

Demi journée matin ou après midi 12 000 FCA.
Journée 22 000 FCFA.

Restauration et hébergement

Petit déjeuner (fruits, pain mil, beurre, confitures maison, beurre d'arachide, boisson chaude) : 3500

Repas (plat végétarien +dessert) : 5 500

Forfait eau minérale à volonté+une boisson chaude thé-café-infusion en fin de repas : 1 500

HEBERGEMENT par jour par personne en chambres single 15 000 Fcfa (6 chambres...)

HEBERGEMENT par jour par personne en chambres à plusieurs

- chambres douche-toilette 4 lits : 6 000 Fcfa (2 chambres)

- chambres douche-toilette 2 lits : 7 500 Fcfa (4 chambres)

HEBERGEMENT par jour par personne en dortoir 5 000 Fcfa (15 lits dans 3 dortoirs)

Le Souma Tawy Yoga des Pharaons c'est quoi?

Le Yoga des Pharaons a été remis au goût du jour par le Maître Yogi Babacar Khane, fondateur de l'Institut International de Yoga et Yogathérapie en 1960. Avec son épouse égyptologue, Geneviève Khane, ils ont rédigé et publié l'ouvrage de référence : « Le Yoga des Pharaons. L'éveil intérieur du Sphinx ». En fait, les égyptiens anciens avaient une connaissance approfondie du corps humain et en particulier de la colonne vertébrale. Ils connaissaient la localisation et l'importance des centres énergétiques du corps appelés chakras, et des méridiens qu'ils appelaient « Metu ».. Ils pratiquaient la vertébrothérapie capable de traiter de nombreuses affections par la manipulation des vertèbres. Ce qui caractérise le Yoga des Pharaons, aussi dénommé le yoga de la verticalité, ce sont les attitudes et postures principalement verticales et dynamiques qui permettent un redressement progressif de l'arbre vertébral et des épaules; elles libèrent tous les étages pulmonaires, permettent de retrouver une capacité respiratoire normale et un regain de dynamisme, de vitalité et affine la silhouette. Les mouvements combinés, réclament une attention soutenue, développant le pouvoir de concentration et la mémoire.