



BULLETIN D'INSCRIPTION

Je désire réserver ma place pour le stage :

Du 14 au 21 juin 2025.

FRANCE

Je vous adresse un chèque de **360 €** à l'ordre de Sandrine Bertholon.

SUISSE

Je verse **360 CHF** sur banque MIGROS libellé au nom de **Sandrine BERTHOLON :**

CH17 0840 1016 1564 5940 0

Nom :

Prénoms :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Tél :

Email.....

Profession :

Signature (Obligatoire)



CONDITIONS DE REGLEMENT



Les inscriptions seront prises en compte dans la limite des places disponibles. Dans l'ordre de réception des bulletins d'inscription accompagné des arrhes.

- ❖ Le prix du séjour est fixé à **1190 euros** tout compris. (Transferts sur place, hébergements, Riad, repas et prestation du stage.) **Programme précis sur demande.**
- ❖ Réservation enregistrée au paiement d'un acompte de 30 %. Soit **360 euros**.
- ❖ Règlement du solde trois semaines avant le départ.
- ❖ Conservation des arrhes si désistement 60 jours avant le stage.
- ❖ **Règlement de la totalité, soit 830 €, si désistement dans les 15 jours avant le stage.**



FRANCE

Organisme de formation

SUISSE

Centre de formation enregistrée sous le N° 116

Agrégation fondation ASCA

Auprès des assurances adhérentes.

STAGE SPECIAL HAUT ATLAS Marocain



- Trekking -
Méditations Dynamiques
et ateliers pleine nature

*5 jours en itinérance
sur le chemin de sa légende
personnelle...*

Renseignements et inscriptions

Du 14 au 21 juin 2025



Philippe & Sandrine BERTHOLON

Kinésiologue – Formateur

Concepteur de la MKB®

Bd Georges-Favon, 3

1204 GENEVE – CH

Tél : +33(0)661 47 47 74

Mail : metakinebiologie@gmail.com

Web : kinebio.com

GENERALITES SUR LE PROGRAMME

Le programme est prévu sur le plateau de Yagour et la vallée de Zat, très peu fréquentée car aucune route n'y passe. Le point de départ du circuit se situe à environ 1h30 de minibus de Marrakech dans la vallée d'Ouriga. C'est donc par les sentiers muletiers que vous découvrirez ce magnifique site préservé et sauvage. La randonnée nous amènera sur l'incroyable plateau du Yagour avec ses cultures et villages berbères habités seulement pendant l'été. Une semaine tout en contrastes et un périple plein de rencontres et de découvertes du mode berbère si simple et si riche à la fois. Les bivouacs se font en tente double.

NOTE : Environ 4h00 de marche prévue par jour, de 8h00 à 12h00. Soit en fait 3h00 de marche effective au maximum.

OBJECTIF DU STAGE

- Vous faire **découvrir la beauté exceptionnelle**, sauvage et préservée de cette région berbère en dehors des circuits touristiques.
- Profiter de cet environnement naturel et authentique pour expérimenter **les méditations dynamiques**, telles que :
 - Méditation des 4 directions.
 - Méditation Chakras Breathing.
 - Méditation Kundalini.
 - Méditation des sabres.
 - Méditation dynamique.
- De vous initier aux techniques de base de la vie en pleine nature au travers de **petits ateliers pratiques**.
- De permettre une approche de chacune des journées sur site avec comme thème « **La terre, l'eau, les ethnies, le métal/le bois et le feu** » Le stage est prévu pour un petit groupe d'une douzaine de personnes maximum.
- Avec un encadrement par un guide de montagne diplômé, berbère et francophone et moi-même.
- Un accompagnement par une équipe de muletiers / cuisiniers (les mules portent tout le matériel de camping et les gros sacs des participants.)

COÛT

1190 Euros tout compris sauf ci-dessous

NON INCLUS DANS LE FORFAIT

- Les billets d'avion.
- L'assurance rapatriement. (Voir avec votre assureur)
- Le repas du dimanche midi du jour d'arrivée et du samedi midi du jour du retour à Marrakech.
- Le matériel de camping léger (sac de couchage, oreiller, gourde.)
- Les pourboires pour l'équipe berbère. (Muletiers, cuisiniers)

Programme détaillé du stage et formalités sur

demande : metakinebiologie@gmail.com

