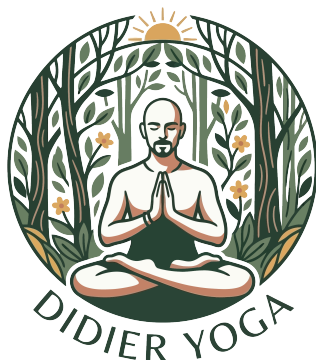




Programme des Stages & Retraites

Yoga · Méditation · Ayurveda
avec Didier Dozias — 40 ans d'enseignement

France · Inde · Bali · Sénégal

Contact direct : +33 6 63 70 55 49
didier@didieryoga.com · didieryoga.com

Stage de Yoga & Ayurveda dans les Pyrénées-Orientales

Chaque été, expérience unique de yoga en immersion totale dans la nature à 700 m d'altitude, sur un plateau dominant les montagnes du Vallespir.

Lieu	Refuge de Noé · Montferrer (Pyrénées-Orientales, France)
Dates	13 — 17 Juillet 2026 03 — 07 Août 2026 13 — 17 Août 2026 01 — 08 Septembre 2026 (Yoga Randonnée & Détox)
Durée	5 à 7 jours · tout compris
Places	12 places maximum
Tarif	À partir de 490 € (tarif chômage) — Tente 620 € · Chalet 790 €

Ce qui est inclus

- Pratique matinale Ashtanga Vinyasa, pranayama, méditation
- Cuisine ayurvédique végétarienne et biologique
- Hébergement tente équipée ou chalet
- Initiation à l'Ayurveda
- Navette depuis la gare la plus proche

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didier yoga.com
didier yoga.com/stages/pyrenees

Stage de Yoga dans les Cévennes — Pentecôte

Hameau de pierre sèche niché dans une chênaie centenaire. Terrasse en bois suspendue dans la forêt, table d'hôtes du potager.

Lieu	Hameau de pierre sèche (Cévennes, France)
Dates	15 — 17 Mai 2027 (Week-end de Pentecôte)
Durée	2 nuits · arrivée la veille
Places	10 places
Tarif	À partir de 490 €

Ce qui est inclus

- Vinyasa au lever du soleil, ajustements précis
- Cabanes en bois — simple ou double
- Table d'hôtes végétarienne du potager
- Sentiers de randonnée, rivière à 10 min
- Pratique douce, philosophie et chants en fin de journée

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didier yoga.com
didier yoga.com/stages/cevennes

Voyage Yoga en Inde — Retraite de Silence au Kerala

Sept jours de noble silence (Mauna) au berceau historique de l'Ayurveda. Aux sources mêmes du yoga.

Lieu	Ashram traditionnel · Kerala (Sud de l'Inde)
Dates	14 — 21 Novembre 2027
Durée	7 nuits sur place (hors vol)
Places	10 places
Tarif	À partir de 1 890 € (hors vol)

Ce qui est inclus

- Ashtanga Vinyasa traditionnel (lignée Sri Pattabhi Jois)
- Philosophie védique (Yoga-Sutras, Bhagavad-Gītā)
- Initiation approfondie à l'Ayurveda
- Marches silencieuses, soins ayurvédiques (option)
- Repas sattviques 3/jour, hébergement à l'ashram

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didieryoga.com
didieryoga.com/stages/inde-kerala

Retraite Yoga & Ayurveda à Bali

Villa au cœur des rizières d'Ubud. Pratique sur shala ouvert face aux rizières, immersion dans la culture balinaise.

Lieu	Villa au cœur des rizières · Ubud (Bali, Indonésie)
Dates	Dates 2026/2027 — sur demande
Durée	8 à 10 nuits sur place
Places	12 places
Tarif	À partir de 2 190 € (hors vol)

Ce qui est inclus

- Ashtanga Vinyasa au lever du soleil
- Yin / Restauratif / Yoga Nidra en fin de journée
- Cérémonies de temple, gamelan, danses
- Cuisine balinaise et indienne sattvique
- Transferts depuis Denpasar inclus

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didieryoga.com
didieryoga.com/stages/bali

Voyage Yoga en Basse-Casamance — Sénégal

Maison de terre ocre ombrée par un manguier centenaire, ouverte sur la savane et le fleuve Casamance.

Lieu	Maison ocre · Basse-Casamance (Sénégal)
Dates	21 — 29 Novembre 2026
Durée	8 nuits sur place (hors vol)
Places	10 places
Tarif	À partir de 2 290 € (hors vol)

Ce qui est inclus

- Yoga sous l'arbre à palabres au lever du soleil
- Pirogue, marches, baignades dans le fleuve
- Cuisine sénégalaise végétarienne
- Rencontres villageoises diolas, chants & tambours
- Transferts depuis Cap-Skiring inclus

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didieryoga.com
didieryoga.com/stages/casamance

Cours de Yoga & Ashtanga Vinyasa à Paris

Enseignement régulier d'Ashtanga Vinyasa, Hatha Yoga, pranayama et méditation au cœur du 11^e arrondissement.

Lieu	L'Élément des Arts · 42 av. Parmentier — Paris 11 ^e
Dates	Cours hebdomadaires — calendrier annuel
Durée	Séances de 1h15
Places	Cours collectifs (10–15) & individuels
Tarif	Adhésion association + cours à la carte ou abonnement

Ce qui est inclus

- Ashtanga Mysore-style le matin
- Cours collectifs Vinyasa & Hatha le soir (tous niveaux)
- Atelier mensuel pranayama & philosophie
- Cours particuliers sur rendez-vous
- Tarifs préférentiels sur les stages & retraites

Inscription & renseignements : **+33 6 63 70 55 49** — didier@didieryoga.com
didieryoga.com/stages/paris

Réserver votre place

Les inscriptions se font directement auprès de Didier.
Les places sont limitées et se remplissent plusieurs mois à l'avance.

Téléphone & WhatsApp
+33 6 63 70 55 49

Email
didier@didieryoga.com

Site
didieryoga.com