

# Stage de Yoga Iyengar

avec Eve Mermé Derrien

17 - 23 Mars 2024



**BabZouina**  
yoga, nature & retreat

# Eve Mermé Derrien



Eve pratique le yoga Iyengar depuis 2001. La découverte en Inde de cette méthode, précise et rigoureuse est pour elle une «révélation». A Paris, elle se forme à l'enseignement avec Faeq et Corine Biria proches disciples de B.K.S. Iyengar. Eve abandonne progressivement sa carrière dans le milieu du cinéma pour se consacrer à sa passion pour l'étude et l'enseignement du yoga. Eve est actuellement certifiée Niveau 3 (Junior 3). Elle enseigne dans plusieurs centres de Yoga à Paris.

Pour plus d'infos: <https://www.samadhi-yogashala.fr/>



La pratique se fera dans une belle salle de yoga de 80 m2 ou sur la terrasse ombragée avec vue sur l'Atlas. Les props (tapis, briques, couvertures, ceintures, chaises, cordes au mur, etc.) sont à disposition.



# Dans une villa marocaine traditionnelle, **Bab Zouina**

Le stage se déroulera dans une belle villa traditionnelle marocaine située dans la vallée de l'Ourika (30 km de Marrakech) dans une magnifique propriété entourée d'oliviers.

Loin du stress urbain, Bab Zouina a gardé un esprit authentique et serein, respectueux de l'environnement. La maison principale est construite écologiquement en pierre de taille et les nouveaux bâtiments en briques de terre naturelle.

Avec un jardin ornemental luxuriant conçu par l'artiste et paysagiste suédoise Catharina von Unge, l'environnement offre une oasis de méditation et de paix.

...un esprit authentique et serein,  
respectueux de l'environnement.





Les plats traditionnels marocain et berbères sont cuisinés quotidiennement avec des produits frais et locaux.

Les chambres d'hôtes sont spacieuses et authentiques: tapis, coussins, artisanat, et des lits confortables.





Promenez-vous librement dans la campagne car le temps sera ensoleillé, autour de 20°C le jour et 10°C la nuit. Une piscine d'eau naturelle est disponible.

La vallée de l'Ourika regorge d'activités culturelles, récréatives et de plein air. Les activités proposées comprennent: la visite d'une safranière, d'un jardin botanique ou d'un souk berbère, la randonnée dans les montagnes ou la fabrication de pain avec les femmes du village (sous réserve de disponibilité).

# Inscription & Prix

Chambre triple	€900/pers.
Chambre double avec salle de bain partagé	€1'110/pers.
Chambre double avec salle de bain privée	€1'200/pers.
Chambre single avec salle de bain partagé	€1'290/pers.
Chambre single avec salle de bain privée	€1'380/pers.

Ce tarif comprend:

- l'enseignement
- l'hébergement
- les repas à Bab Zouina
- les transferts de et vers l'aéroport
- des fruits et du thé marocain à tout moment.

En option: hammam, massage à l'huile, massage Shiatsu

Le nombre de places est limité à 25 personnes. Le cours se déroulera avec un minimum de 8 participants.

Un acompte de 500 euros est demandé pour confirmer l'inscription. Le solde doit être payé avant le 17 février 2024.

Inscrivez-vous en envoyant un email à: [marhaba@babzouina.com](mailto:marhaba@babzouina.com) ou via WhatsApp: +41-79-336.48.48

Tarifs des excursions (en option):

- Montagnes de l'Atlas: 45 euros
- Visite de Marrakech: 35 euros

# Programme

## Dimanche 17 mars 2024: Arrivée

Selon horaire	Transfert vers Bab Zouina
18h - 19h30	Asanas (pratique restaurative)
20h	Dîner & informations

## Mardi & Jeudi

8h - 9h	Asanas & Pranayama
9h15	Petit déjeuner
10h	Excursion optionnelle (Marrakech & Montagnes de l'Atlas)
18h - 19h30	Pratique restaurative
20h	Dîner

## Lundi, Mercredi, Vendredi

8h - 8h30	Pranayama & méditation
8h30	Petit déjeuner léger
10h - 12h30	Asanas
12h30	Déjeuner
13h30 - 17h	Temps libre
17h - 19h	Asanas (pratique restaurative)
20h	Dîner

## Samedi 23 mars 2024

8h	Boissons chaudes
8h30 - 10h30	Asanas
10h30	Brunch
Selon horaire	Départ vers aéroport





**Bab Zouina**  
yoga, nature & retreat