

## « Français et yoga »

du 8 au 12 avril 2019  
du 29 juillet au 2 août 2019  
du 16 au 20 septembre 2019 (°)

CREA-Langues vous offre la possibilité de combiner apprentissage du français et pratique du yoga.

Le cadre unique de notre école, un ancien monastère niché au milieu de la nature provençale, se prête à merveille. A cet équilibre entre étude et détente, à une immersion dans la langue française et à la pratique du yoga. Bien-être et progrès en français seront au rendez-vous.



### Français

17 h de cours + 40 h de pratique informelle du français dans le cadre de l'immersion

3 à 6 participants par groupe de niveau maximum sur site  
25 personnes maximum sur site  
Du niveau élémentaire à avancé : de A2 en cours d'acquisition à C1/C2 selon niveaux du CECR, cadre européen commun de référence

### Concept de nos cours

Séjours en immersion pour parler français du matin au soir.

Des cours intensifs dans une ambiance conviviale pour favoriser le plaisir d'apprendre. Accent mis sur la capacité à communiquer (expression et compréhension orales)

L'accompagnement permanent d'une équipe pédagogique motivée et impliquée. Présence des enseignants même lors des repas pour prolonger les temps de pratique et d'échanges

### Public

Adultes de tous pays

## Yoga

### 8h de yoga par semaine

Tous niveaux, débutants bienvenus. Minimum 3, maximum 8 personnes. Les séances de yoga se tiendront dans le jardin ou dans la chapelle du Monastère. Voir programme de la semaine p 2.

### Votre enseignante

Diplômée de l'institut français de Yoga, **Valérie Piu** pratique et enseigne le yoga depuis huit ans. Elle vous propose des ateliers thématiques : respiration, postures, concentration.



Les cours de yoga, dispensés en français, vous permettront d'élargir votre vocabulaire (des fiches récapitulatives vous seront remises) et de vivre « à la française ».

Détente, concentration, calme vous permettront par ailleurs d'apprendre le français dans les meilleures conditions.



(°) Les personnes souhaitant s'inscrire à ces dates sans pratiquer le yoga le peuvent. L'après-midi, en lieu et place des sessions de yoga, elles optent pour nos formules standard « Intensif », « A la carte » ou « Expats ».

Il est possible de suivre un cours pendant deux semaines : du 9-20 avril, du 23 juillet-3 août, du 17-28 septembre 2017. Pendant une des deux semaines vous pouvez opter pour la formule « Intensif », « A la carte » ou « Expats » ; l'autre semaine « Français et Yoga ».

## Programme

17 h de cours de français + 8h de yoga + 40 h de pratique informelle du français dans le cadre de l'immersion.

	Lundi		Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		7h-8h	Yoga		Yoga	Yoga
9h-12h30	Entretien individuel, test de niveau, présentation	9h-11h45	Français général	Français général	Français général	Français général
12h30-13h 13h-14h	Apéritif d'accueil Déjeuner (2)	12h-12h45	Mini atelier (1)	Mini atelier (1)	Mini atelier (1)	Entretien individuel
15h-15h45	Présentation yoga	13h-14h	Déjeuner (2)	Déjeuner (2)	Déjeuner (2)	Déjeuner (2)
16h - 18h30	Cours de français général	Après-midi	16h30-18h15 Yoga	15h-18h30 (3) Activité à la carte	16h30-18h15 Yoga	16h30-18h Yoga
19h45- 21h	Dîner (2)	19h30- 20h45	Dîner (2)	Dîner (2)	Dîner (2)	Dîner (2)
		Soirée	Animation	Animation	Animation	

- (1) Travail sur compétences ciblées (écrit, prononciation, écoute, débat, etc.)  
 (2) Repas pris en présence des professeurs  
 (3) Activité à la carte au choix : nature, culture, sport

## Prix et conditions 2019

**1. Cours d'une semaine :** 8-12 avril ; 29 juillet- 2 août ; 16-20 septembre

- Cours « Français et yoga » : **1090 €**
- Hébergement 5 jours (4 nuits) en pension complète du lundi 9h au vendredi soir 18h30 : - **509 €** en chambre double spacieuse  
- **653 €** en chambre individuelle

**2. Cours de deux semaines : une semaine formule « Intensif », « A la carte » ou « Expats », l'autre semaine « Français et yoga »**  
 8-19 avril ; 22 juillet-2 août ; 16-27 septembre.

- Cours : **1925 €**
- Hébergement 12 jours (11 nuits) en pension complète du lundi 9h au vendredi 16h : - **1306 €** en chambre double  
- **1702 €** en chambre individuelle

- Possibilité d'arriver déjà le dimanche avant et de partir le samedi matin après la fin de séjour. Prix pour une nuitée supplémentaire en pension : **93 €** en chambre double ; **128 €** en chambre individuelle.
- Cours de yoga : minimum 3, maximum 8 participants.
- Possibilité de prendre l'option facultative 'cours individuels'. Deux sessions de 45' par semaine pour travailler sur vos besoins spécifiques en français. Forfait : **128 €**.
- Conditions générales et d'annulation : voir notre liste de prix ou notre site.



## Autres

- A disposition pour travailler en autonomie : bibliothèque sonore, télévision, CD prononciation, livres, journaux, matériel pour vous enregistrer etc.
- Activités pour se détendre : promenade à pied ou avec nos vélos (VTT et VAE), piscine 16 m x 7, espace 'forme', pianos, salle de billard, navette de temps à autre au village voisin. Accès Internet et Wifi gratuit.
- Pour les séances de yoga : tapis de sol et coussins sur place.
- Transferts proposés à partir de la gare Aix -TGV et aéroport Marseille - Marignane. Possibilité d'arriver le dimanche soir et de repartir le samedi matin (suppléments : voir site Internet).

[www.crealangues.com](http://www.crealangues.com)

[info@crealangues.com](mailto:info@crealangues.com)



**crea-langues**  
since 1984

