



La Maison du Yoga

Comment est né le projet de la Maison du Yoga ?

Ce projet concrétisé en 2013 a été porté par l'**engagement** des enseignants de l'Institut qui dispensent leurs cours bénévolement depuis plus de 35 ans.

Antonin Ingrassia, fondateur de l'Institut de Yoga, a placé le **bénévolat** au cœur de son enseignement et de la formation des enseignants.

Quel est son objectif ?

Ce lieu, propice à la pratique du yoga, est destiné à devenir :

- un **petit centre de yoga ouvert à tous**, dans lequel nous organiserons tout au long de l'année : des rencontres, stages, ateliers, journées dans la nature, formation des enseignants et approfondissement.

Nous privilégions des rencontres en petit groupe – moins de 10 personnes - afin de proposer **une pratique adaptée à chacun**.

Pourquoi ce lieu ?

- La Maison du Yoga se situe à une petite heure d'Aix et de Marseille.
- La Maison du Yoga est située face au massif de la Sainte Baume, en pleine nature.
- L'environnement spirituel (grotte de Marie Madeleine) a été un élément déterminant pour choisir ce village.
- Un très grand jardin, avec ses essences naturelles, offre de beaux espaces de repos et de méditation propices pour retrouver le calme et le silence (difficilement accessibles en ville).

D'où vient le financement ?

- **Les cotisations des adhérents** : depuis plus de 35 ans ont été réservées à cet achat qui a pu se concrétiser en 2013. Les enseignants donnent leurs cours bénévolement.
- **Un appel à don** : l'Institut de Yoga, association loi 1901, peut recevoir des dons déductibles des impôts sur le revenu (66% du don) dans la limite de 20 % du revenu imposable.

A qui appartient la maison ?

L'Institut de Yoga, association loi 1901, est propriétaire de la maison et en assure la gestion et l'animation. Elle peut être mise à disposition d'autres structures qui en feraient la demande, pour des sessions compatibles avec l'esprit du lieu.

Qui anime ?

Les enseignants de l'Institut de Yoga animent à tour de rôle les sessions proposées (infos sur www.institutdeyoga.com). Ils sont tous formés au sein de l'Institut et donnent des cours hebdomadaires dans la région, bénévolement. Tous ont ou ont eu une activité professionnelle autre. Ils sont au nombre de 12 actuellement.