

Graine de yoga
Hatha Yoga - Relaxation - Méditation

Sylvie GRAND tél 06 84 98 36 65

Photo svp usage pour cours uniquement

Bulletin d'inscription 2020 - 2021

Nom et prénom _____

Adresse complète _____

N° de téléphone _____

e-mail _____

A quel cours souhaitez vous venir ? - Merci de cocher la case correspondante-

LUNDI à VOUTHON-Salle des Fêtes	Yoga doux Débutants-Mobilité réduite	17h00-18h15	
	Déjà pratiqué	18h30 - 19h45	
MARDI à MONTBRON Complexe sportif	Yoga doux Mobilité réduite / débutants au DOJO	17h15 - 18h30	
	Déjà pratiqué au DOJO	18h45 - 20h00	
MERCREDI à MARTHON Salle des Aînés	Yoga doux Mobilité réduite / débutants	16h30 - 17h45	
	Déjà pratiqué	18h00 - 19h15	
JEUDI à YVRAC ET MALLEYRAND - Salle des fêtes	Yoga doux Mobilité réduite / débutants	17H00- -18H15	
	Déjà pratiqué	18h30 -19h45	
VENDREDI à MONTBRON - Complexe sportif	Yoga sur chaise Mobilité réduite - Convalescence -Salle de réunion	15h00-16h15	
SAMEDI à FEUILLADE Salle	Déjà pratiqué	10H00 - 11H15	

Les informations à connaître

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE JUSQU'À INSTALLATION SUR LE TAPIS - Distance de 2 m entre chaque tapis

Si vous avez des pathologies particulières, il sera peut être opportun de me le préciser ci-dessous pour adapter les postures en conséquence

Vous pouvez commencer les séances en cours d'année d'année, **la 1ère séance est gratuite**

La cotisation trimestrielle est de 90,00 € - **Payable en début de trimestre*** Vous pouvez régler en 2 ou 3 chèques qui seront encaissés en début de chaque mois - Etablir les chèques à l'ordre de Sylvie GRAND remis dans une enveloppe cachetée à votre nom.

* Pour le mois en cours compter 7,50€ par séance pratiquée(séance gratuite déduite), puis ajouter au trimestre

Un cours manqué exceptionnellement peut-être récupéré sur un autre creneau horaire

Plusieurs cours non pris successivement ne seront pas remboursés, sauf cas de force majeur justifié (ex : confinement ou longue maladie)

Pour le respect et la tranquillité de tous, je vous remercie d'être présent **5 mn** avant le début de la séance pour démarrer le cours dans le calme, à l'heure prévue