

## Graine de yoga

### Hatha Yoga - Yin Yoga -Yoga Nidra - Relaxation - Méditation

Sylvie GRAND tél 06 84 98 36 65

Photo svp usage pour cours uniquement

#### Bulletin d'inscription 2023-2024

Nom et prénom \_\_\_\_\_

Adresse complète \_\_\_\_\_

N° de téléphone \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

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

**X**

<b>LUNDI</b> à ORGEDEUIL	Hatha yoga doux	17h15-18h15	
	Hatha yoga Niveau confirmé	18h45 - 20h00	
<b>MARDI</b> à MONTBRON	Hatha yoga tous niveaux	9h15-10h30	
	Méditation	10h45-11h15	
<b>MARDI</b> à ORGEDEUIL	Hatha yoga Tapis-Chaise	16H45-18H00	
<b>MERCREDI</b> à MONTBRON	Yoga sur chaise	10h00-11h15	
<b>MERCREDI</b> à MARTHON	Yoga doux	16h30 - 17h45	
<b>MERCREDI</b> à FEUILLADE	Hatha Yoga-Niveau confirmé	18h45- 20h00	
<b>JEUDI</b> à ORGEDEUIL	Hatha Yoga-Niveau confirmé	18h45- 20h00	

#### Les informations à connaître

Les cours de yoga sont dispensés dans des espaces publics .La réglementation en vigueur au moment des cours s'applique.

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, **la 1ère séance 10 € déduite si inscription.**

<b>Cotisations séances de Yoga</b>	<b>Paiement au début du trimestre</b>	<b>Sept-oct-nov-dec = 120 € Janv-fev-mars = 90 € Avril mai juin = 90 €</b>
	<b>Carte 10 cours 100 € valable 5 mois de date à date</b>	
<b>Cotisation Méditation</b>	<b>Méditation : carte 10 séances 25 €</b>	

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