

Deux nouveaux cours cette année :

Un cours pour tous le vendredi de 18h30 à 19h45

Un cours de Yoga sur chaise le mercredi de 15h à 16h15 destiné aux personnes à mobilité réduite ou ne pouvant pratiquer au sol

Les cours se déroulent dans la salle de motricité de l'école du Moulin à Vent, Boulevard Surcouf à Montfort sur Meu. Un grand parking est disponible juste devant.

Prévoyez d'arriver minimum 5 minutes avant le début de la séance afin de ne pas perturber le cours.

Pour le cours de 15h le mercredi (pour les personnes à mobilité réduite), la salle sera ouverte dès 14h30.

Cours animés par :

Régine ROBERTI*,
Béatrice GUILLOSSOU*,
Danielle ZOSSI*,
Christelle MARTIN**

*Fédération Française de Hatha Yoga,
«l'Enseignement Traditionnel»

** FIDHY Fédération Inter-enseignements de Hatha Yoga

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		15h00-16h15 Christelle		
		16h45-18h00 Régine		
		18h15-19h30 Régine		18h30-19h45 Béatrice
20h00-21h15 Régine	20h15-21h30 Danielle	19h45-21h00 Régine	20h00-21h15 Béatrice	20h00-21h15 Béatrice

30 séances de 1h15 chacune pendant la période scolaire. Un cours d'essai vous est proposé. S'il ne vous convient pas, nous vous restituons intégralement votre règlement.

Siège social :
Mairie de Montfort

Contact :
Marie-Thérèse
02 99 09 17 29

Mail :
contact@yoga-montfort.fr

Site Internet :
yoga-montfort.fr

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

Tapis de yoga et couverture.
Vêtements souples.

Une commande de tapis est organisée en début d'année par l'intermédiaire du professeur.

AUTRES INFORMATIONS :

L'association peut délivrer une **attestation d'inscription** à l'activité comportant le montant de la cotisation annuelle pour une éventuelle participation de votre employeur.

L'association vous demande de fournir au moment de l'inscription un **certificat médical** pour la pratique du Yoga ou une **décharge** (modèle sur le site).

TARIF :

165€ / personne pour l'année
(ou 156€ /personne à partir de 2 personnes de la même famille).

Dossier complet obligatoire :

- Règlement de 165€
- Photo
- Formulaire dûment rempli
- Certificat médical (ou décharge d'assurance)

L'association vous propose un encaissement échelonné des chèques :

3 chèques de 55€ (ou 52€) déposés le 01/10/2019, le 01/01/2020 et le 01/04/2020.

L'adhésion se fait pour l'année entière.

Les chèques vacances et coupons sport, sont acceptés.

