

Cours animés par :

Béatrice GUILLOSSOU*

Bénédicte REBILLON**

Emanuel GERVOIS*

*Fédération Française de Hatha Yoga,

«l'Enseignement Traditionnel»

** FIDHY Fédération

Inter-enseignements de Hatha Yoga

Gladys FIAULT

Ashtanga yoga

Diplômée Moksa

Mail:

contact@yoga-montfort.fr

Site Internet :

yoga-montfort.fr

**Début des cours :
Lundi 14 septembre 2026**



Les cours se déroulent

- Montfort sur Meu - salle de motricité de l'école du Moulin à Vent, Bd. Surcouf.

- Montfort sur Meu - salle Jakez (Confluent) (*le lundi matin*)

- Breteil - salle SA - l'Unisson – 16 rue de Montfort. (*le mardi matin*)

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salle Jakez 9h30-10h45 Béatrice	Breteil 9h30-10h45 Béatrice			
		14h45-16h00 Bénédicte		
		16h30-17h45 Emanuel		
18h45-20h00 Béatrice	18h45-20h15 Gladys	18h15-19h30 Béatrice	18h45-20h00 Emanuel	18h45-20h00 Bénédicte
20h10-21h25 Béatrice	20h20-21h50 Gladys	19h45-21h00 Béatrice	20h10-21h25 Emanuel	

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

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

Tapis de yoga et couverture.
Vêtements souples.

Une commande de tapis est organisée en début d'année .

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.

La **décharge d'assurance remplie** est obligatoire chaque année.

Dossier complet obligatoire pour valider l'inscription:

Règlement complet
Formulaire dûment rempli
Décharge d'assurance

TARIF :

COURS D'HATHA YOGA - YOGA ADAPTE AUTOUR DE LA CHAISE (DURÉE : 1h15)

174 € / personne pour l'année

(ou 165 € /personne à partir de 2 personnes du même foyer fiscal).

COURS D'ASHTANGA YOGA (DURÉE 1h30)

190 €/personne pour l'année

(ou 181 €/personne à partir de 2 personnes du même foyer fiscal)

L'association vous propose un encaissement échelonné en **3 chèques** déposés le 01/10/2025, le 01/01/2026 et le 01/04/2026.

Les chèques vacances sont acceptés.

L'adhésion se fait pour l'année entière.



INSCRIPTION POUR LA SAISON 2026-2027

Fiche à renvoyer accompagnée du règlement + décharge d'assurance (*)
à : Yoga du Pays de Montfort 17 résidence la montagne 35160 Montfort sur Meu

Mail : contact@yoga-montfort.fr / Site Internet : yoga-montfort.fr

Merci de tout remplir en CAPITALES pour plus de lisibilité !

NOM : Prénom :

Age

Commune : Code postal

Tél : Mail :

(en CAPITALES également)

S'inscrit au cours de :

HATHA YOGA

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ Lundi 18h45 | ☐ Lundi 20h10 | ☐ Mardi 9h30 |
| ☐ Mercredi 16h30 | ☐ Mercredi 18h15 | ☐ Mercredi 19h45 |
| ☐ Jeudi 18h45 | ☐ Jeudi 20h10 | ☐ Vendredi 18h50 |

YOGA ADAPTE AUTOUR DE LA CHAISE (Cours pour personnes ne pouvant pas pratiquer au sol ou à mobilité réduite)

- | | |
|-------------------------------------|---|
| ☐ Lundi 9h30 | ☐ Mercredi 14h45 |
|-------------------------------------|---|

ASHTANGA YOGA

- | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ Mardi 18h45 | ☐ Mardi 20h20 |
|--------------------------------------|--------------------------------------|

Verse une cotisation de : (chèque à l'ordre de Association de Yoga du Pays de Montfort)

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ 174 € | ☐ en un seul versement | ☐ en 3 versements de 58 € |
| | ☐ en chèque vacances pour€ plus€ en chèque bancaire | |
| ☐ 165 € (tarif famille) | ☐ en un seul versement | ☐ en 3 versements de 55 € |
| | ☐ en chèque vacances pour€ plus€ en chèque bancaire | |
| ☐ 190 € | ☐ en un seul versement | ☐ en 3 versements (64 € et 2 fois 63 €) |
| | ☐ en chèque vacances pour€ plus€ en chèque bancaire | |
| ☐ 181 € (tarif famille) | ☐ en un seul versement | ☐ en 3 versements (61 € et 2 fois 60 €) |
| | ☐ en chèque vacances pour€ plus€ en chèque bancaire | |

- | | |
|---|---|
| ☐ Souhaite une attestation d'inscription | ☐ Décharge d'assurance 2026-2027**** |
|---|---|

Date.....

Signature

Le règlement se fait en totalité pour valider l'inscription.

* Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.

**** Modèle de décharge disponible sur yoga-montfort.fr. La décharge d'assurance est valable uniquement pour l'année en cours.

Les inscriptions se font en fonction du nombre de places disponibles et par ordre d'arrivée.

DÉCHARGE D'ASSURANCE ANNUELLE

Je soussigné(e) _____

né(e) le _____

à (ville et département) _____

domicilié(e) à (adresse complète) _____

dégage l'Association de Yoga du Pays de Montfort de toute responsabilité en cas d'accident ou de dommage lié à la pratique du yoga.

Je certifie ne faire l'objet d'aucune contre-indication médicale de nature à m'empêcher de pratiquer le yoga.

Fait pour valoir ce que de droit, à _____ le _____

Signature