YOGA
du Pays de Montfort

SAISON 2023-2024

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 :

Béatrice GUILLOSSOU*, Danielle ZOSSI*, Bénédicte REBILLON**

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

**FNEY (Fédération nationale des enseignants de Yoga)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		15h00-16h15 Bénédicte		
		16h30-17h45 Bénédicte		
18h30-19h45 Béatrice	18h30-19h45 Danielle	18h15-19h30 Béatrice	18h30-19h45 Béatrice	18h30-19h45 Bénédicte
20h00-21h15 Béatrice	20h00-21h15 Danielle	19h45-21h00 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.

Mail :
contact@yoga-montfort.fr

Site Internet :
yoga-montfort.fr

Début des cours :
lundi 11 sept. 2023

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

Tapis de yoga et couverture. Vêtements souples.

Yoga sur chaise : couverture et vêtements souples

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

AUTRES INFORMATIONS :

L'association peut délivrer une **attestion 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.

TARIF :

171€ / personne pour l'année (ou 162€ /personne à partir de 2 personnes du même foyer fiscal).

Dossier complet obligatoire :

- Règlement complet
- Formulaire dûment rempli
- Décharge d'assurance

L'association vous propose un encaissement échelonné des chèques :

3 chèques de 57€ (ou 54€) déposés le 01/10/2023, le 01/01/2024 et le 01/04/2024.

L'adhésion se fait pour l'année entière.

Les chèques vacances et coupons sport sont acceptés.