

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.

Les séances du vendredi sont des cours de yoga dynamique demandant un engagement corporel un peu plus important (variantes proposées si besoin).

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

Mail :
contact@yoga-montfort.fr

Site Internet :
yoga-montfort.fr

Début des cours :
lundi 13 sept. 2021

Réunion d'information :
mercredi 8 sept. 2021
à 19h30 à l'école

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

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.

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.

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

TARIF :

165€ / personne pour l'année
(ou 156€ /personne à partir de 2 personnes du même foyer fiscal).

Dossier complet obligatoire :

- Règlement de 165€
- Photo (pour nouvel adhérent)
- Formulaire dûment rempli
- Décharge d'assurance

L'association vous propose un encaissement échelonné des chèques :

3 chèques de 55€ (ou 52€) déposés le 01/10/2021, le 01/01/2022 et le 01/04/2022.

L'adhésion se fait pour l'année entière.

Les chèques vacances et coupons sport, sont acceptés.

