



Vivre le Yoga

AVY

Bures-sur-Yvette & Champlan (91)

Joumana : 06 95 65 33 99 - joumana.yoga@gmail.com - <http://vivreyoga.fr>

Fiche d'inscription Stages 2023 - 2024

<u>NOM</u> :	<u>Prénom</u> :
<u>Date de naissance</u> :	<u>Sexe</u> :
<u>Email</u> :	
<u>Adresse</u> :	<u>Code postal</u> :
<u>Ville</u> :	
<u>Téléphone portable</u> :	
<u>Profession</u> :	
<u>Problèmes de santé particuliers</u> :	

Planning des stages :

Dimanche 15 octobre	Dimanche 19 novembre	Dimanche 14 janvier
Gérer son stress et mieux dormir/<i>Joumana</i> Salle Chabrat, Bures	Lâcher prise et Pleine Conscience/ <i>Joumana</i> Salle Chabrat , Bures	Alignement en Yoga/ <i>Joumana</i> Dojo Marc Depierre , Bures
Dimanche 4 février	Dimanche 10 mars	Dimanche 9 juin
Pranayama, Techniques Respiratoires/ <i>Anne</i> Salle Chabrat , Bures	Yoga Vinyasa/ <i>Bénédicte</i> Salle Chabrat , Bures	Yoga et Bien-Être du dos / <i>Thérèse</i> Salle Chabrat , Bures

Lieu : Bures-sur-Yvette

Horaires : 9h à 12h, accueil dès 8h45

Tarif : 40 euros par stage

Inscriptions : Fiche d'inscription à envoyer par mail à vivreyoga.fr accompagnée de votre virement en parallèle ou à confier à votre professeure accompagnée du règlement par chèque (à l'ordre de AVY) ou en espèce.

Apporter un tapis de yoga, une couverture, une brique ou un coussin de méditation.