



Bulletin d'inscription
Ateliers de Sophrologie
Saison 2018 / 2019

Nom : _____ Prénom : _____

Né (e) le : _____

Adresse : _____

Tél : _____

Email (écrit lisiblement): _____



Les ateliers sont dispensés à la salle des fêtes d'YMARE, sont accessibles à tous, sans autorisation médicale préalable.

Atelier 1 : Mieux Vieillir. A partir du 2 Octobre : 17h30-18h30 **Tarif : 150€**
12 séances : 02/10 -16/10 -13/11 - 20/11- 27/11- 04/12- 11/12- 18/12- 08/01-15/01- 22/01-29/01

Atelier 2 : Apprivoiser son stress. A partir du 2 Octobre : 18h45-19h45 **Tarif : 90€**
6 séances : 02/10 - 13/11 - 27/11- 11/12 - 08/01- 22/01

Atelier 3 : Le sommeil est d'or. A partir du 16 Octobre : 18h45-19h45 **Tarif : 90€**
6 séances : 16/10 - 20/11- 04/12 - 18/12 - 15/01- 29/01

Chaque atelier peut être suivi indépendamment des autres.

Les dates seront susceptibles d'être modifié selon les besoins.

Les participants pourront éventuellement se munir d'un petit cahier pour pouvoir noter la méthodologie de certains outils.

Signature de l'adhérent : _____

Les inscriptions seront validées dès réception du paiement par l'ASCY Yoga et l'intervention garantit dès un minimum de 6 participants inscrits. Paiement non remboursable sauf causes majeures.

Tous les chèques doivent être joints et datés à la date d'inscription avec le bulletin ci-dessus et établis à l'ordre de : ASCY SECTION YOGA.

Votre contact ASCY Yoga:

➤ Galpin Yannick (Président): 06-12-40-88-01 ou ygalpin27@free.fr

Site internet : <http://yoga-ymare.e-monsite.com>

