

INSCRIPTION 2025 – 2026



• SVP, Ecrire en lettre capitale et lisiblement

NOM : PRENOM :

DATE DE NAISSANCE :/...../.....

ADRESSE :

COMMUNE :

N° DE TELEPHONE : MAIL :

Cours du soir : Yoga et Pilates

- Lundi 17h15-18h30 (savita yoga)
- Lundi 18h30-19h45 (savita yoga)
- Lundi 19h45-21h00 (yoga-pilates)
- Mercredi 18h00-19h15 (Hatha yoga)
- Mercredi 19h15-20h30 (Vinyasa yoga)
- Mercredi 20h30-21h45 (Vinyasa Yoga)

Cours en journée : Pilates – Qi Gong et Yoga

- Jeudi 9h00-10h15 : **PILATES**
- Jeudi 10h30-11h45 : **QI GONG**
- Vendredi 12h15-13h30 : **Hatha YOGA Dynamique**

REGLEMENT

- Adhésion familiale à l'association YOGA ETC : **10 €** (paiement spécifique à part, svp)
- Cotisation annuelle pour 30 cours de 1h15 : **185 €**
 - Paiement en 1 fois par** Chèque Espèces chèques vacances ANCV Sport
 - Paiement en 3 fois, en chèque uniquement** : Septembre = **65€**, janvier = **60€**, avril = **60€**
- 2e cotisation annuelle (réduction de 10%) : **165 €**
 - Paiement en 1 fois par** Chèque Espèces chèques vacances ANCV Sport
 - Paiement en 3 fois, en chèque uniquement** : Septembre = **60€**, janvier = **55€**, avril = **50€**

⚠ Ordre sur le chèque : Yoga Etc

⚠ Préciser le nom du titulaire du chèque :

⚠ Préciser le nombre et les montants des chèques vacances :

INFORMATION INSCRIPTION 2025 – 2026



- ★ **Savita**: yoga postural doux et complet avec méditation basée sur des mantras
- ★ **Hatha**: yoga doux axé sur les postures
- ★ **Vinyasa**: yoga tonique, sportif
- ★ **yoga-pilates** : à la rencontre du yoga et du pilates : échauffement/étirements yoga combinés à des exercices de pilates
- ★ **Pilates** : renforcement des muscles profonds
- ★ **Qi gong** : mouvements dynamiques et lents, pour faire circuler, cultiver et préserver notre énergie.

L'association est gérée par une équipe de bénévoles.
Les cours sont assurés par des professionnels formés et rémunérés.

Votre choix d'horaires sera pris en compte dans la limite des places disponibles.
En cas de cours complet ou incomplet, nous vous proposons de vous inscrire sur un autre horaire.

Les dossiers doivent être complets à l'inscription.

Ils doivent être déposés en main propre ou à l'adresse suivante :

15 rue de la lande du Bourg à Fay-de-Bretagne

➔ *Vous recevrez une confirmation /validation par mail de votre inscription.*

Quelques précisions :

Un remboursement en cours d'année ne peut avoir lieu que pour des cas de force majeure (maladie, déménagement...) sur document justificatif. Le montant de votre adhésion ne peut être remboursé.

Documents à fournir

- La fiche d'inscription ci jointe
- Un certificat médical pour les plus de 60 ans seulement
- Le règlement de l'adhésion d'un montant de 10€ (paiement spécifique à part SVP)
- Le règlement total ou le paiement en 3 fois (chèques = déposés en banque à chaque début de trimestre)

Matériel préconisé en cours

Un tapis de sol
Une tenue confortable
Une bouteille d'eau

Une couverture ou un plaid pour
se couvrir pendant la relaxation

Il est déconseillé de manger 1h30
avant le cours

PLANNING DES COURS

Reprise des cours courant septembre 2025
Le planning sera diffusé prochainement

**POUR NOUS
LAISSER UN AVIS**

