

FICHE D'INSCRIPTION YOGA et RELAXATION

BEINHEIM SEPTEMBRE 2022



YOGA et RELAXATION pleine conscience adapté aux SENIORS : MARDI matin de 10h30 à 11h30

LIEU: SALLE DES LILAS rue des Lilas à BEINHEIM

MATERIEL : apporter à chaque séance : Un tapis de sol antidérapant ; Une couverture, ou un sac de couchage, un coussin d'assise épais de type zafu . (pratique adaptée sur chaise au besoin)

TARIF: **80€ les 9 séances.+ 35€ d'adhésion annuelle** à la FFHY correspondant à la licence+assurance individuelle corporelle.

Le cours est assuré sous réserve de 6 inscriptions au minimum.

DATES 2022	yoga et relaxation 9 séances
MARDI 10H30 /11H30	20/09 27/09 04/10 11/10 08/11 15/11 22/11 29/11 06/12

Inscription YOGA ET RELAXATION à retourner à :

ARJUNA 60, rue du Couvent 67470 SELTZ

NOM PRÉNOM

date de naissance

ADRESSE :

TEL :

ADRESSE de MESSAGERIE :

Avez- vous déjà pratiqué le yoga ? O non O Oui

Avez- vous déjà pratiqué La relaxation ? O non O Oui quelle méthode ?

J'atteste avoir pris connaissance des contre indications à la pratique du yoga.

veuillez joindre à l'inscription

- un certificat médical de non contre indication à la pratique du hatha yoga obligatoire (postures et relaxation).
- La fiche d'adhésion à la FFHY (35€ paiement pas chèque séparé) **ou** une attestation d'assurance couvrant votre activité de yoga au titre de l'assurance individuelle corporelle .
- Paiement par chèque uniquement à l'ordre de ANTIGONE TIMMEL Marie Odile**

SIGNATURE :