

# FICHE D'INSCRIPTION YOGA et RELAXATION

BEINHEIM FÉVRIER 2023



**YOGA et RELAXATION pleine conscience adapté aux SENIORS : MARDI** matin de 9H30 à 10h30

**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:** **78€ les 8 séances.**+ 35€ d'adhésion annuelle à la FFHY correspondant à la licence+assurance individuelle corporelle. (uniquement pour les nouvelles inscriptions)  
Le cours est assuré sous réserve de 6 inscriptions au minimum.

DATES 2023	FEVRIER 2023 8 séances
MARDI 9h30 à 10h30	07 fev – 14 fev – 28 fev 01 mars - 14 mars – 21 mars – 28 mars 04 avril

**En cas d'absence merci de prévenir au : 06 89 35 24 45**

-----  
**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 ?     non     Oui

Avez- vous déjà pratiqué La relaxation ?  non     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 :**