

Cours de Yoga

Mercredi ou vendredi



de 8h30 à 9h45

Veronica propose un Yoga accessible à tous. Selon la tradition du Viniyoga, la pratique s'adapte à l'élève et non le contraire, ce qui permet de trouver la fluidité du corps, du souffle et de l'esprit à l'intérieur de chacun.

Elle s'inspire entre autres du Yoga de l'énergie et de la tradition du Nidra Yoga. L'exploration de soi dans la pratique donne l'occasion de se découvrir autant au niveau corporel, plus postural, qu'à des niveaux plus subtils, à l'écoute d'une substantielle unité.

Venez pratiquer ensemble dans la convivialité et la bonne humeur, que vous soyez débutants ou avancés !

Premier cours de la saison : mercredi 27 et vendredi 29 août

Bulletin d'inscription pour le cours de yoga du mercredi et/ou du vendredi

Je, soussigné(e), m'inscris au cours de yoga du mercredi vendredi.

Les cours n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.

L'ensemble des cours coûte **Fr. 430 pour les membres de l'Association de la Maison de quartier Sous-Gare** et **Fr. 450 pour les non-membres**, payés en deux fois (Vous recevrez une facture pour la période d'août à décembre, puis une autre pour celle de janvier à juin).

Les personnes s'inscrivant aux deux cours hebdomadaires payent deux fois le montant indiqué.

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

Adresse mail : _____

Date : _____ Signature : _____