

## Cours de Yoga du Vendredi



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 !

**Les vendredis de 8h30 à 9h45**

### Bulletin d'inscription pour le cours de yoga du vendredi

Je, soussigné(e), m'inscris au cours de yoga du vendredi du 24 janvier au 20 juin 2025. Les cours n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.

Le prix de l'ensemble des cours s'élève à Fr. 255.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Adresse mail : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_

## Cours de Yoga du Vendredi



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 !

**Les vendredis de 8h30 à 9h45**

### Bulletin d'inscription pour le cours de yoga du vendredi

Je, soussigné(e), m'inscris au cours de yoga du vendredi du 24 janvier au 20 juin 2025. Les cours n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.

Le prix de l'ensemble des cours s'élève à Fr. 255.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Adresse mail : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_