

AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

LA COMMUNE ORGANISE
DES COURS DE YOGA

DU 10 JANVIER AU 11 DECEMBRE 2024

REPRISE APRÈS LA PAUSE D'ÉTÉ : 4 SEPTEMBRE 2023



Les cours auront lieu
tous les mercredis
(sauf vacances scolaires et fériés)
de 14h30 à 15h30 (débutants)
de 15h45 à 16h45 (initiés)
A l'école de **MEYRIN-VILLAGE**
(salle de gym) - avenue de Vaudagne 6

Inscription obligatoire 1 x par année
(en début d'année, valable toute l'année – pas de réinscription
en septembre)

CHF 120.- par personne

Retrouver calme, souplesse et sérénité avec le yoga.
Un professeur agréé vous propose des cours de yoga incluant une
pratique de postures physiques (Asanas), des exercices de respiration
(Pranayama) et une initiation à la méditation (Dyana).



Aucune souplesse de base n'est requise pour participer, les débutants sont les
bienvenus; seul votre enthousiasme compte !

L'intégralité du prix du cours sera facturée en cas d'absence ou de demande d'inscription
en cours de session. Seul un certificat médical permet d'annuler une inscription.

Nous ne confirmons pas par écrit la participation aux cours. Votre inscription
tient lieu de confirmation. Une fois le coupon d'inscription remis au service des
aînés, vous pouvez vous rendre aux cours et vous recevrez ultérieurement une
facture par la poste.

✂-----

Coupon d'inscription

Je m'inscris pour le cours de yoga :
du 10 janvier au 11 décembre 2024 et m'engage à payer CHF 120.-

SESSION DEBUTANTS: de 14h30 à 15h30

SESSION INITIES : de 15h45 à 16h45

Nom: Prénom:

Adresse: Téléphone:

A retourner **avant le début des cours, au plus tard, le 5 janvier 2024** à la mairie,
service des aînés, CP 367, 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, aines@meyrin.ch