

## AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

### LA COMMUNE ORGANISE DES COURS DE YOGA

**DU 12 JANVIER AU 14 DECEMBRE 2022**

**REPRISE APRÈS LA PAUSE D'ÉTÉ : 7 SEPTEMBRE 2022**



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**

**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.

**MESURES SANITAIRES (sous réserve de modifications) : PASS OBLIGATOIRE – DESINFECTION DES MAINS – DISTANCE (1,5 m.) - TRAÇAGE**



#### **Coupon d'inscription**

Je m'inscris pour le cours de yoga :

du 12 janvier au 14 décembre 2022 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 10 janvier 2022** à la mairie, service des aînés, CP 367, 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, [aines@meyrin.ch](mailto:aines@meyrin.ch)