

AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

LA COMMUNE ORGANISE DES COURS DE YOGA



Les cours auront lieu
tous les mercredis
(sauf vacances scolaires et fériés)
de 08h45 à 09h45 (débutants)
de 09h45 à 10h45 (initiés)
à l'école des Boudines
Rue des Boudines 10

Du 10 janvier au 12 décembre 2018

Reprise après la pause d'été : 5 septembre 2018

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 compte votre enthousiasme !

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.

! PAS DE CONFIRMATION ECRITE POUR LES COURS

1. Vous vous inscrivez - 2. Vous venez au cours - 3. Une facture vous est adressée.

Coupon d'inscription

Je m'inscris pour le cours de yoga :

Du 10 janvier au 12 décembre 2018

SESSION DEBUTANTS: de 08h45 à 09h45 et m'engage à payer **CHF 120.-**

SESSION INITIES : de 09h45 à 10h45 et m'engage à payer **CHF 120.-**

Nom: Prénom:

Adresse: Téléphone:

A retourner **AVANT LE DEBUT DES COURS** à la mairie de Meyrin, service des aînés, case postale 367, 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, aines@meyrin.ch