

# Inscription 2023-24

Les cours reprennent le lundi 11/09/2023 et s'arrêtent le samedi 29/06/2024  
(pas de cours pendant les vacances scolaires – zone Paris, ni les jours fériés)

Nom (M / Mme / Mlle)	
Prénom	Année naissance
Adresse	
CP	
Ville	
Tél	Portable
E-mail	
Profession (facultatif)	

**Le cours démarre à l'heure indiquée, veillez à arriver avant afin de ne pas perturber le début de la séance.**

<input type="checkbox"/> lundi 18h30 à 19h45 Salle Delambre	<input type="checkbox"/> jeudi 17h45 à 19h00 Salle Hiser
<input type="checkbox"/> lundi 20h00 à 21h15 Salle Delambre	<input type="checkbox"/> jeudi 19h15 à 20h30 Salle Hiser
<input type="checkbox"/> mardi 18h15 à 19h30 Salle Duport	<input type="checkbox"/> samedi 9h15 à 10h30 Gymnase G.Gallais
<input type="checkbox"/> mardi 19h45 à 21h00 Salle Duport	<input type="checkbox"/> 1x/mois sam 10h45 -11h45 Yoga nidra - G.Gallais
	<input type="checkbox"/> 1x/mois sam 10h45 -11h45 Méditation - G.Gallais
Salle Delambre : 88 avenue Delambre (collège Corot)	Salle Hiser : sur le parking de la piscine de Chelles
Salle Duport : dans le stade du Parc du Souvenir Emile Fouchard	Gymnase Gérard Gallais : Av. Emile Guerry (collège Beausoleil)

Pour tous les cours : 12 inscrits minimum par cours, à défaut les cours ne seront peut-être pas maintenus.

J'autorise Espace yoga à utiliser mes coordonnées pour me joindre ou me donner des informations sur la vie de l'association.

Durée : le cours de yoga dure 1h15.

Tarif annuel : cotisation : 50€ - tarif pour 1 cours par semaine cours de yoga 225€ (10€ le cours supplémentaire sous réserve de places disponibles) ; supplément annuel : méditation ou yoganidra seul : +60€ ; les 2 : +100€ (+cotisation si non-adhérent).

Remboursement : toute année commencée est due ; aucun remboursement en cours d'année. En cas de fermeture des salles pour raison sanitaire : les cours seront maintenus par visio.

Règlement :

par chèque en 1, 2 ou 3x à l'ordre de : Espace Yoga

Yoga (50+225)	275	140/135	95/90/90
Yoga + médit ou yoganidra (50+225+60)	335	170/165	115/110/110
Yoga + médit + yoganidra (50+225+100)	375	190/185	125/125/125
Méditation ou yoganidra (50+60)	110	55/50	non
Méditation + yoganidra (50+100)	150	75/75	non

par CB en 1x : sur le site internet à partir du mois d'août :

<https://www.helloasso.com/associations/espace-yoga/adhesions/adhesion-espace-yoga-chelles-2023-24>

par virement bancaire en 1x : **FR76 1027 8064 3500 0205 6900 187 – titulaire : Espace Yoga**

par chèques ANCV : avant le 20/12/2023 et avec un chèque bancaire de 8€ en plus.

① **Merci de remplir sur chaque chèque : Espace Yoga - 633432** (chèques vacances) ou **303369** (coupons sport).

Détachez-les si vous donnez un carnet complet. Ils sont numérotés, laissez-les dans l'ordre.

Matériel : tapis à disposition dans les salles - prévoir 1 serviette pour les protéger ; 1 couverture/plaid pour le temps de la relaxation/méditation/yoganidra

Date :

Signature :

=> Avez-vous besoin d'une attestation (employeur, CE...) ?  oui

**Dates des yoga nidra et méditation :**

Yoga nidra : 23/09 - Méditation : 30/09
Yoga nidra : 21/10 - Méditation : 14/10
Yoga nidra : 25/11 - Méditation : 18/11
Yoga nidra : 16/12 - Méditation : 9/12
Yoga nidra : 13/01 - Méditation : 20/01
Yoga nidra : 10/02 - Méditation : 3/02
Yoga nidra : 23/03 - Méditation : 30/03
Yoga nidra : 6/04 - Méditation : 27/04
Yoga nidra : 4/05 - Méditation : 25/05
Yoga nidra : 22/06 - Méditation : 8/06