

ABYASA YOGA

INSCRIPTION

SAISON 2019 – 2020

NOM-PRENOM :

Date de naissance :

Adresse :

Mail :

Téléphone :

Horaires et Lieux

Frontonas

Salle communale

- Lundi 17h30
- Mardi 8h45
- Mardi 12h15

Le Petit Opéra de l'Isle

- Mercredi 19h45

Satolas et Bonce

Salle du Chaffard

- Lundi 12h30 - individuel
- Lundi 19h45
- Mardi 17h 30 - seniors
- Mercredi 12h30 - individuel
- Jeudi 12h30

Adhésion 15€ + Tapis 15€ +

Cotisation : 160 € une séance/semaine ou 200 € deux séances/semaine

Règlement : par chèque bancaire à l'ordre de ABYASA YOGA

- 1 chèque 3 chèques de
- espèces

Certificat médical
Pathologies particulières

Commentaire

L'adhésion à l'association implique l'acceptation du règlement intérieur, <https://www.abyasayoga.fr>

Signature adhérent :

Contact : Présidente : Annie Perconte Duplain tel : 04.74.94.47.14 / 06.85.44.80.12
Secrétaires : Myriam Bernard tel : 04.74.95.69.43 ; Agnès Ballefin tel : 04.74.90.28.47
Adresse : ABYASA YOGA 151 chemin Bonnard 38290 Frontonas
Mail : abyasayoga38@gmail.com Site Internet : <https://www.abyasayoga.fr/>

DÈS SEPTEMBRE, PRATIQUEZ LE YOGA.

L'association **ABYASA** propose des séances adaptées à tout public, en petit groupe pour un suivi individualisé,

Frontonas	Satolas et Bonce
Salle communale	Salle du Chaffard
Lundi : 17h30-18h45	Lundi : 19h45-21h
Mardi : 8h45-10h et 12h15-13h30	Mardi : 17h30-18h45 – seniors
Petit Opéra de l'Isle:	Jeudi : 12h30-13h30
Mercredi : 19h45-21h	Yoga individuel
	Lundi : 12h30-13h30
	Mercredi : 12h30-13h30

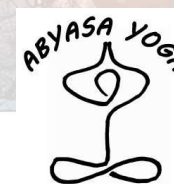
L'enseignement **Viniyoga** transmet la pratique du yoga à chacun, en respectant la personne : son âge, sexe, santé, constitution, profession, culture, habitudes de vie, aspirations, aptitudes, croyances...

Le **yoga** donne simplement une direction pour que la discipline porte tous ses fruits. Il est indispensable de choisir les techniques appropriées, ce qui implique une attention sans cesse renouvelée.

Abyasa invite à la pratique régulière ! Il est préférable de pratiquer 1/4h chaque jour, un yoga « pour vous et par vous » plutôt que de faire un stage avec le meilleur « Maître » pendant 15 jours par an !

Soyez les bienvenu-e-s

NAMASTÉ



Renseignements et inscriptions :

Présidente : Annie Perconte Duplain tel : 04.74.94.47.14 / 06.85.44.80.12
Secrétaires : Myriam Bernard tel : 04.74.95.69.43 ; Agnès Ballefin tel : 04.74.90.28.47
Adresse : ABYASA YOGA 151 chemin Bonnard 38290 Frontonas
Mail : abyasayoga38@gmail.com
Site internet : <https://www.abyasayoga.fr/>