



Association Espace Yoga

ASSOCIATION loi 1901 N° W604005052 -déclarée à Beauvais

Cours collectifs

Maison du village - rue du calvaire
ERCUIS

Foyer Honoré Daumier
VALMONDOIS

	Lundi	Mercredi	Jeudi
9h			09h15-10h45
10h	10h30-12h00 Yoga VALMONDOIS	10h30-12h00 Yoga VALMONDOIS	Yoga Dynamique
11h			
12h			
13h			
14h	14h00-15h30		
15h	Yoga Dynamique		
16h			
17h	17h00-18h30		
18h	Yoga Doux		18h00-19h30 Yoga Equilibre
19h	18h45-20h15 Yoga Equilibre		19h45-21h15
20h			Yoga Doux
21h			

Tarifs : 13 € / séance

Carte de dix cours : 120€

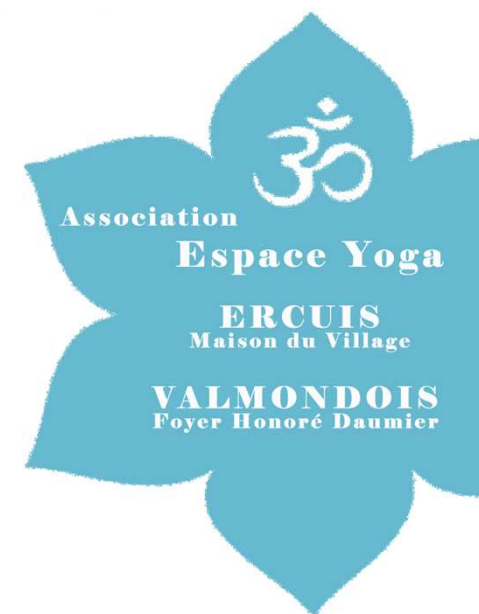
Abonnement Annuel (septembre-juin) 255 €

Contact Réservation

sandrine@espace-yoga.fr

06 24 35 80 90

Cours de yoga



SAISON 2018/2019

Le yoga proposé est axé sur le respect de soi,
le ressenti et les limites de chacun dans les
postures.

Les cours visent la coordination entre la
respiration et le mouvement, afin de nous
reconnecté et comprendre qui nous sommes
au plus profond !



Cours limités à 10 élèves

Réservez vite !

06 24 35 80 90

CALENDRIER ANNUEL 2018/2019
Début des cours le : lundi 10/09/2018 - Fin des cours le : samedi 06/07/2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	27	28	29	30	31	1	2
	3	4	5	6	7	8	9
SEPTEMBRE 2018	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
OCTOBRE 2018	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31	1	2	3	4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	29	30	31	1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
NOVEMBRE 2018	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	1	2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	26	27	28	29	30	1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31	Noël	1	2	3	4	5

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	31	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
JANVIER 2019	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31	1	2	3

Vacances scolaires 2018-2019			
	Zone A	Zone B	Zone C
Rentrée scolaire 2018	Jour de reprise : lundi 3 septembre 2018		
Vacances de la Toussaint 2018	Fin des cours : samedi 20 octobre 2018		
	Jour de reprise : lundi 5 novembre 2018		
Vacances de Noël 2018	Fin des cours : samedi 22 décembre 2018		
	Jour de reprise : lundi 7 janvier 2019		
Vacances d'hiver 2019	Fin des cours : samedi 16	Fin des cours : samedi 9 février	Fin des cours : samedi 23
	Jour de reprise : lundi 4 mars	Jour de reprise : lundi 25 février	Jour de reprise : lundi 11 mars
Vacances de printemps 2019	Fin des cours : samedi 13 avril	Fin des cours : samedi 6 avril	Fin des cours : samedi 20 avril
	Jour de reprise : lundi 29 avril	Jour de reprise : mardi 23 avril	Jour de reprise : lundi 6 mai
Pont de l'Ascension 2019	Fin des cours : mercredi 29 mai 2019		
	Jour de reprise : lundi 3 juin 2019		
Grandes vacances 2019	Fin des cours : samedi 6 juillet 2019		

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	28	29	30	31	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
FEVRIER 2019	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	1	2	3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	25	26	27	28	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
MARS 2019	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
AVRIL 2019	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	1	2	3	4	5

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	29	30	1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
MAI 2019	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31	1	2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	27	28	29	31	31	1	2
	3	4	5	6	7	8	9
JUIN 2019	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
JUILLET 2019	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				

 Cours
 Pas de cours

ASSOCIATION ESPACE YOGA

ASSOCIATION loi 1901 N° W604005052 -déclarée à Beauvais

Valmondois
ERCUIS

Lundi	10h30-12h00 Yoga Valmondois	14h00-15h30 Yoga Dynamique	17h00-18h30 Yoga Doux	18h45-20h15 Yoga Equilibre
Mercredi	10h30-12h00 Yoga Valmondois			
Jeudi	10h15-12h45 Yoga Dynamique		18h00-19h30 Yoga Equilibre	19h45-21h15 Yoga Doux

Tarifs

Le tarif comprend l'adhésion annuelle (5€) à VINIYOGA FONDATION France

Séance 13 € A régler en début de cours ☐

Carte 120 € A régler a chaque nouvelle carte ☐

Annuel 255 € A régler à l'inscription pour l'année complète (de septembre à juin) ☐

Aucun remboursement ne sera accordé pour un arrêt d'activité en cours d'année, ou de séance

Nom Prénom :
Date de naissance :
Adresse :
Téléphone :
email :

Avez-vous déjà pratiqué le yoga ?

Oui ☐ Depuis combien de temps ?
Non ☐

Avez-vous des problèmes de santé ?
(hernie, sciatique, lumbago, arthrose, hypertension, troubles cardiaques, respiratoires, intervention chirurgicale, etc...)

En vous inscrivant, vous vous engagez à avoir vérifié auprès de votre médecin, votre aptitude à la pratique du yoga

Vos attentes, remarques :

Date : signature, précédée de la mention " lu et approuvé"