

YOGA ENFANT 2024/2025



CONTENU DE L'ATELIER

- Entrée dans la pratique
- Asanas (postures)
- Pranayama (respiration)
- Relaxation

QUELQUES OBJECTIFS ET BENEFICES

- Ecoute de soi et du groupe
- Concentration, détente, calme
- Développement de la motricité, de l'équilibre, de la souplesse et de la coordination

INFOS PRATIQUES

- Nombre de places limité à 30 (15 élèves par cours)
- Infos et date limite d'inscription le 1 sept. 2024 : envoi du document renseigné à l'adresse namastay.atelieryoga@gmail.com
- 2 cours chaque mardi à l'école de la Providence du CP au CM2 :
 - 17h-17h45 : priorité aux élèves qui ne vont pas à l'étude (sortie à 18h)
 - 17h45-18h30 : priorité aux élèves qui vont à l'étude
- 34 cours du 10 septembre 2024 au 24 juin 2025
- Tarif : 350 euros l'année pour une session de 34 cours
Inscription à l'année mais possibilité de régler en 2 fois, 2 chèques de 175 euros à fournir à l'inscription encaissés en septembre 2024 et janvier 2025
- Matériel à fournir : une tenue confortable, un tapis de yoga (nous regardons la possibilité de laisser le tapis à l'école)
- Enseignement dispensé par une professeur diplômée en Vinyasa, Hatha et Yin yoga de l'école Gérard Arnaud

Coordonnées

- Nom/prénom de l'enfant :
- Date de naissance :
- Classe 2024/2025 :
- Etude prévue (entourer la réponse) : OUI / NON
- Email/téléphone de la famille
 - Email :
 - Téléphone de la famille (numéro d'urgence à contacter au moment où votre enfant participe à l'atelier) :

Fait à, le

**Signature de l'un des parents ou du tuteur légal
précédée de la mention « lu et approuvé »**