



# Vivre le Yoga

AVY

Bures-sur-Yvette & Champlan (91)

Joumana : 06 95 65 33 99 - [joumana.yoga@gmail.com](mailto:joumana.yoga@gmail.com) - <http://vivreyoga.fr>

## Fiche d'inscription Stages 2019 - 2020

|  |                      |
|--|----------------------|
| <u>NOM</u> :                             | <u>Prénom</u> :      |
| <u>Date de naissance</u> :               | <u>Sexe</u> :        |
| <u>Email</u> :                           |                      |
| <u>Adresse</u> :                         | <u>Code postal</u> : |
| <u>Ville</u> :                           |                      |
| <u>Téléphone portable</u> :              |                      |
| <u>Profession</u> :                      |                      |
| <u>Problèmes de santé particuliers</u> : |                      |

### Planning des stages :

| <b>Dimanche 13 octobre</b>                              | <b>Dimanche 8 décembre</b>                                | <b>Dimanche 2 février</b>                                |
|---|---|--|
| Gérer son stress et mieux dormir<br><i>avec Joumana</i> | Yoga et bols tibétains<br><i>avec Yohann et Catherine</i> | Yoga et alignement du corps<br><i>avec Joumana</i>       |
| <b>Dimanche 15 mars</b>                                 | <b>Dimanche 26 avril</b>                                  | <b>Dimanche 14 juin</b>                                  |
| Yoga du Cachemire<br><i>avec Florian</i>                | Méditation Pleine Conscience<br><i>avec Joumana</i>       | Journée Bien-être organisée par la Mairie de Bures (Grat |

Lieu : Dojo Marc Depierre, Bures-sur-Yvette

Horaires : 9h à 12h, accueil dès 8h45

Tarif : 36 euros par stage, paiement en espèce ou en chèque à l'ordre de « AVY ».

### Inscriptions :

Envoyer cette fiche d'inscription accompagnée de votre règlement à « AVY - Vivre le Yoga, 2 sente de l'espérance, 91440 Bures-sur-Yvette ».

Voulez-vous un reçu ? Oui Non

Apporter votre tapis si vous en avez, une couverture et une brique ou un coussin de méditation.