

Clubs yoga



Yoga parents-enfants (à partir de 3 ans) de 10h à 11h

Un moment de complicité unique à partager ! Cette activité permet de renforcer le lien familial tout en découvrant des postures simples et ludiques. A travers des jeux de respiration, équilibre et relaxation, vous apprenez à mieux vous connaître, coopérer et vous détendre ensemble. Venez passer un moment privilégié où vous pourrez bouger, rire, respirer et vous ressourcer en famille !

15€ la séance

Le dernier samedi du mois, de septembre à juin



En salle ou en extérieur selon la météo !

Adultes le lundi de 19h30 à 20h30

- > Tonifie le corps, cultiver une pratique régulière
- > Améliore la mobilité, la posture et l'endurance
- > Réduit le stress, améliorer le sommeil

Méthode : yoga Vinyasa fluide, avec variations selon les attentes.

Créneaux
hebdomadaires
hors
vacances
scolaires

120€ pour l'année

Du 15 septembre au 8 juin

 basedeloisirs@pontcaffino.fr

 02.40.06.54.07 - 07.86.83.34.97

 Pont Caffino, 44690 Maisdon-sur-Sèvre



BULLETIN DE PRÉINSCRIPTION

Renseignements

Prénom et nom :

Age : Date de naissance :

Adresse du domicile :

Téléphone : Courriel :

Personne joignable en cas d'urgence (nom + tél) :

Informations et recommandations diverses (médicales...) :

Créneau souhaité

Entourez l'activité et la date souhaitée (plusieurs choix possible)	Tarif par personne	
parents-enfants	le samedi de 10h00 à 11h00	15€ la séance
adultes	le lundi de 19h30 à 20h30	120€ l'année

Préciser le(s) samedi(s)
qui vous intéresse(nt) :

27 septembre, 25 octobre, 29 novembre, 13 décembre,
31 janvier, 28 février, 28 mars, 25 avril, 30 mai, 27 juin

A nous envoyer

- La **fiche de préinscription** actuelle remplie (une fiche par personne) par mail : basedeloisirs@pontcaffino.fr
- Dès notre confirmation de votre préinscription, le règlement par virement (de préférence) ou chèque, chèques vacances

Autorisations

Je soussigné(e)

- déclare exacts les renseignements portés sur cette fiche
- autorise les moniteurs d'activités à prendre, le cas échéant, toute mesure (traitement médical, hospitalisation) rendue nécessaire selon l'état de la personne
- m'engage à fournir un justificatif médical pour toute étude de remboursement dans le cas d'une annulation
- autorise la prise d'images sur lesquelles pourrait figurer la personne encadrée lors de ces animations et leur utilisation pour la promotion des actions de l'association Pont Caffino.

Fait à, le
Signature précédée de la mention « lu et approuvé » :