Antigym®
La méthode Thérèse Bertherat

Saison 2026-27

Calendrier des ateliers réguliers proposés par Danièle Cadiou Cochy, praticienne certifiée Antigym®.

Lundi

10h30-12h
Le Loft
7 rue de l'Etoile du Matin
Saint-Nazaire

16h-17h30
18h-19h30
La Roulotte
129 La Croix Longue
Saint-Lyphard

2, 9, 23 novembre - 7, 14 décembre
11, 18, 25 janvier - 8, 15 février
8, 15, 22 mars - 5, 12 avril
10, 24, 31 mai - 7, 14 juin

Contact

06 70 10 90 14
dcadioucochy@gmail.com

Antigym®
La méthode Thérèse Bertherat

Modalités

L'Antigym® se pratique en petits groupes par cycles d'ateliers d'une heure trente avec un engagement bimestriel ou annuel.

Avant une toute première inscription, il est nécessaire d'avoir un entretien puis de participer à une **séance découverte individuelle** (60 €) sur rendez-vous ou **collective** (26 €) ; les dates et lieux des séances découvertes collectives sont mises à jour sur le site :
https://antigymnastique.com/fr/praticien/cadiou-cochy-daniele/

Pour une réinscription, envoi du bulletin d'inscription accompagné d'un acompte de **75 €** ***(non remboursable)*** par **chèque** (ordre **Yoga Energie Santé**) à : **Danièle Cadiou Cochy**
129 La Croix Longue - 44410 Saint-Lyphard
ou virement *(RIB transmis à la réservation).*

Le solde du forfait est à régler sur place au premier atelier d'un cycle *(Possibilité d'échelonner le paiement du forfait annuel en trois fois : novembre, décembre et janvier).*

Pas de remboursement en cas d'absence ou de désistement en cours de cycle.

Prévenir en cas d'absence, les ateliers manqués peuvent être rattrapés uniquement dans le cycle en cours selon les places disponibles.

Tarif

440 € le cycle annuel de 20 ateliers
125 € le cycle bimestriel de 5 ateliers

Antigym®
La méthode Thérèse Bertherat

Bulletin d'inscription 2026-27

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

.....

Téléphone : .....

Mobile : .....

E-mail : ..... @ .....

Cycle et horaire : .....

Paiement : Chèque ☐
Virement ☐
Espèces ☐

Je reconnais avoir pris connaissance des modalités liées à l'inscription.

Fait le : ..... / ..... / .....

Signature :

A retourner avec paiement à :
Danièle Cadiou Cochy
129 La Croix Longue
44410 Saint-Lyphard