

SEANCES DE YOGA GRATUITES



Offertes par l'UCY lors de la Journée Portes Ouvertes

samedi 24 septembre 2016

Vous avez toujours rêvé de pratiquer le yoga et vous vous demandez ce qu'on peut bien faire pendant un cours de yoga ?

OU

Vous pratiquez déjà selon une lignée et vous êtes curieux de découvrir un autre enseignement ?

Alors **soyez les BIENVENUS à l'Union Comtoise de Yoga**

Espace Simone de Beauvoir, 14 rue Violet à Besançon Tel 03 81 82 37 45

Il suffit simplement de vous inscrire en retournant le bulletin ci-dessous ou sur papier libre avec vos coordonnées :

Nom

Prénom

Adresse

Mail

Tél

Je souhaite participer gratuitement à la séance de yoga (durée 1 h environ).

Entourez l'horaire qui vous convient :

MATIN	10h30	Elisabeth ALIXANT (Enseignement kaivalyadhama)
	11h30	Jacqueline GATEAU-DOUCET (Enseignement Yoga Energie)
APRES MIDI	14H30	Marie PETIGNY (Enseignement Nil Hahoutoff)
	15H30	Catherine POULAIN-BOURDICHON (Enseignement TKV Desikachar)

Une tenue souple et confortable est conseillée. Pour votre confort, pensez à apporter également votre tapis (ou un drap de bain) et votre zafu.

** En fonction des places disponibles vous pouvez choisir plusieurs horaires, en indiquant votre préférence.*

Inscription à retourner avant le 21 septembre 2016 à :
Annie BIANCHI, 23 rue Jean Wyrsh 25000 BESANCON.