

**ADRESSE DES COURS
C3B**

**54 rue Emeriau
75015 PARIS**

métro Javel ou Charles Michel (ligne10) ou RER C

ASSOCIATION URESHIINA

Les cours sont donnés par

annemarie Hebeisen-Schindelé

06 62 97 13 35

ureshiina.asso@gmail.com

Professeur de Yoga, ancienne formatrice à l'Ecole
Française de Yoga 3 rue Aubriot à Paris.



L'immobilité apprivoisée

cours de yoga à Paris 15ème

2021-2022

Les rencontres yoga du C3B 2021-2022

jeudi de 13h40 à 16h40

14/10, 25/11, 9/12, 20/01, 10/02, 10/03, 12/05,
16/06 .

Vendredi 1 de 9h30 à 12h30

15/10, 19/11, 03/12, 04/02, 25/03, 20/05,
03/06, 17/06.

Vendredi 2 de 9h30 à 12h30

Ces dates sont proposées en priorité aux personnes qui
suivent les cours d'anatomie de l'après-midi – voir le
programme « transmission ».

8/10, 26/11, 10/12, 7/01, 11/03, 01/04, 13/05,
10/06.

Tarifs :5 euros adhésion à ureshiina

300 euros pour l'une ou l'autre série
complète

250 euros pour les personnes retraitées

100 euros pour les demandeurs
d'emploi et les étudiants

50 euros à la séance + 5 euros d'adhésion(une fois
pour l'année) pour les personnes de passage.

□□□□□□□□

En cas d'absence- quelle qu'en soit la raison- aucun remboursement ne sera
effectué mais il est possible de se faire remplacer

yoga C3B 2021-2022

**ATTENTION le pass sanitaire est nécessaire pour
entrer au C3B**

Nous pratiquerons: le jeudi dans un dojo avec tatamis,
prévoir un linge pour vous allonger, le vendredi
dans une salle de danse avec plancher.

Je n'ai pas à ce jour d'informations sur les tapis. Prévoyez
d'apporter le vôtre.

NOM- PRENOM.....

.....

ADRESSE POSTALE.....

.....

TELEPHONE.....

COURRIEL.....

je m'inscris pour la série complète

jeudi/ vendredi 1/ vendredi 2/

entourez le jour choisi -Vérifiez bien vos dates

**SIGNATURE pour accord avec les conditions
annoncées :**

J'ai bien noté qu'aucune séance n'est remboursée mais que
je peux me faire remplacer, **le jour de mon absence** .



URESHIINA YOGA 2021- 2022

Le pass sanitaire est nécessaire pour accéder au C3B

NOM-PRENOM:

.....

Adresse:.....

.....

.....

Téléphone :.....

Courriel:.....

Cours choisi :

JEUDI VENDREDI 1 VENDREDI 2

Règlement: chèque - espèces

Les cours de yoga en visio ou audio

La saison 2020-2021 nous a permis de découvrir la pratique guidée à distance. Certaines personnes souhaitent pouvoir continuer cette forme de travail. (Visio zoom ou audio).

Je propose un cours de **18h à 19h30 le mardi** et un autre de **14h à 15h30 le jeudi** aux dates suivantes:

28/09,	12/10,	23/09,	07/10
09/11,	23/11,	18/11,	02/12,
07/12,	14/12,	16/12,	06/01,
04/01,	18/01,	03/02,	17/02,
08/02,	15/02,	03/03,	17/03,
08/03,	22/03,	14/04,	21/04,
05/04,	19/04,	19/05,	02/06,
03/05,	17/05.	23/06,	30/06.

Le tarif annuel sera identique à celui des cours en présentiel au C3B. Toutefois les cours n'auront lieu que si 5 personnes au minimum dans chaque groupe, **mardi** ou **jeudi** s'inscrivent pour l'année. Il sera possible de « récupérer » des absences au C3B par des visios, et inversement de venir au C3B occasionnellement si on a payé son année visio.

NOM-PRENOM.....

Tél- courriel.....

M'inscris le **Mardi** **jeudi**

Je règle la somme de.....

Voir tarifs sur programme C3B