



LE SOUFFLE ET LE GESTE

La détente du corps et de l'esprit

Saison 2026-2027

Inscription

Nom :

Prénom :

Mail :@.....

Tél. :

Merci de joindre avec l'inscription :

☐ **Pour 1 discipline**

Un chèque de 70 € (adhésion et 1er trimestre)

+ deux chèques de 55 € (2e et 3e trimestres)

☐ **Pour 2 disciplines**

Un chèque de 100 € (adhésion + 1er trimestre)

+ deux chèques de 85 € (2e et 3e trimestre)

☐ **Tarif réduit**

Un chèque de 45 € (adhésion et 1er trimestre)

+ deux chèques de 30 € (2e et 3e trimestre)

☐ **Temps pour respirer**

1 chèque de 10 € (adhésion) et paiement de 5 €

à la séance

Reprise des cours - semaine 39

SOPHROLOGIE

Mardi 15h00 à 16h30 ☐

QI GONG

Mardi 11h30 à 13h00 ☐

18h30 à 20h00 ☐

Mercredi 9h30 à 11h00 ☐

DO IN

Lundi 9h30 à 11h00 ☐

YIN YOGA

Mercredi 18h15 à 19h45 ☐

TEMPS POUR RESPIRER

1er lundi du mois 18h15 à 19h15 ☐