

Cours collectifs proposés par l'association



du 1^{er} septembre 2024
au 30 juin 2025

Association Loi 1901
RNA W0052008148

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p>10h00 – 11h00 STRETCHING POSTURAL uniquement pendant les vacances scolaires Isabelle TRIDON 06 81 20 92 54</p>	<p>12h15 – 13h15 YOGA BALLESTM & CAVALIERS Sylvie CARBONNIER 06 76 96 60 74</p>	<p>9h00 – 10h15 HATHA YOGA DOUX** Elsa MULDER 06 76 64 32 14</p>	<p>10h00 – 11h15 NORDIC YOGA® uniquement pendant les vacances scolaires Isabelle TRIDON 06 81 20 92 54 (départ au parking Intersport Embrun)</p>	<p>10h00 – 11h00 PILATES uniquement pendant les vacances scolaires Isabelle TRIDON 06 81 20 92 54</p>	<p>9h30 – 10h30 QI GONG INITIATION** 9h30 – 12h00 QI GONG* Atelier 1 fois / mois Emilie LARDON 06 85 43 18 63 Jeanne COMBE 06 32 20 38 32</p>	
	<p>18h30 – 19h30 POWER YOGA Elsa MULDER 06 76 64 32 14</p>	<p>18h00 – 19h15 VINYASA YOGA Chloé HELSEN 06 70 74 90 13 YOGA ENFANT 3-5 ans et 6-8 ans uniquement sous forme de stage pendant les vacances scolaires Sylvie DELAFONTAINE 06 83 47 35 53</p>		<p>17h30 – 18h30 YOGA RESTAURATIF 1 fois / mois 19h00 – 20h30 DANCEMandala* Atelier 1 fois / mois Isabelle VAUTHIER 06 47 86 31 25</p>		<p>17h00 – 18h15 YIN YOGA & MÉDITATION Elsa MULDER 06 76 64 32 14 19h00 – 20h00 QI GONG Emilie LARDON 06 85 43 18 63 Jeanne COMBE 06 32 20 38 32</p>

Planning des cours collectifs dans le cadre de l'association Yoga Shala Embrun, possible de régler avec les tickets de l'association exclusivement pour les adhérents.

Le prix de l'adhésion pour une année : 20€ par personne / 30€ par foyer.

L'adhésion est valable une année scolaire de septembre à juin y compris. L'association est en "veille" pendant les mois de juillet et août.

Le prix des tickets AYSE : 120€ les 10/ 65€ les 5. Pour les retraités adhérents au CERS, nous proposons un prix réduit pour les tickets à 100€ les 10. Ces tickets à prix réduit sont uniquement utilisables dans les cours avec les **. Attention pour les ateliers DanceMandala / 1 fois par mois le prix est 1 ticket plein tarif + *supplément de 5€.

Prix pour les non-adhérents 15€/cours et 25€/atelier.