

## Les cours hebdomadaires de yoga

### Planning

	Matin	Après-midi	Soirée
Lundi			18h-19h 19h30-20h45
Mardi	10H-11h	12h30-13h30 14h-15h (yoga senior)	
Mercredi			18h-19h 19h15-20h30
Jeudi	9h15-10h15 10h30-11h30	12h30-13h30 14h-15h (yoga senior)	18h30-19h30 19h45-21h (coloration yoga nidra)
Vendredi			18H15-19H15
Samedi	9h30-10h30		

Les cours démarrent la semaine du 22 septembre et se terminent le 3 juillet. 33 séances sont programmées dans l'année. Pas de cours pendant les vacances scolaires sauf la première semaine des vacances de la Toussaint.

### Tarifs

- Cours d'1 heure : 100€/semestre – 180€ l'année (2x 90€)
- Cours d'1h15 : 120€ le semestre- 210€ l'année (2x 105)
- 2 cours par semaine : 170€ le semestre- 300 l'année (3x 100€).
- Tarif étudiants, demandeurs d'emploi et titulaires des minimas sociaux : 80€ le semestre- 135€ pour l'année (3x 45€).

Cours à la séance : 12€ Le carnet de 10 séances : 90€

Une séance d'essai gratuite. Deux séances d'essai : 15€, à déduire en cas d'inscription.

Toute séance manquée peut être rattrapée sur la période de cotisation.

Séances découvertes  
du 8 au 20  
septembre : voir  
calendrier en ligne.

## Les ateliers d'écriture

### Planning

Le samedi	Le mardi
<b>Une fois par mois de 14h à 17h15</b>	<b>Deux fois par mois de 18h45 à 21h</b>
18 octobre, 22 novembre, 20 décembre, 17 janvier, 14 février, 14 mars, 18 avril, 30 mai, 13 juin, 4 juillet	14 octobre, 4 novembre, 18 novembre, 2 décembre, 16 décembre, 6 janvier, 20 janvier, 3 février, 17 février, 10 mars, 24 mars, 7 avril, 21 avril, 12 mai, 26 mai, 8 juin, 23 juin

### Tarifs

- Ateliers du mardi (17 séances de 2h15) : 200€ (2x100€)
- Ateliers du samedi (10 séances de 3h15) : 190€ (2x 95€).

Toute activité donne lieu à une cotisation annuelle de 12€ : elle permet d'adhérer à l'association Yoga pluriel et d'en devenir un membre usager.

Pour tout renseignement et inscription, contactez l'association.

[www.yogapluriel.com](http://www.yogapluriel.com)

Tél : 06 70 80 89 17- Mail : [yogapluriel@orange.fr](mailto:yogapluriel@orange.fr)