



LES ATELIERS DOS & RELAXATION

NANTES MICHELET / SAINT-FELIX

Samedi 14h30 - 17h30 ou

Dimanche 10h00 - 17h30

Vers un dos heureux			
Cycle 1	(Gwen)	sam. 22 oct. & sam. 19 nov.	
Cycle 2	(Gwen)	sam. 28 janv & sam. 4 mars	
Vers un mental paisible			
Respiration et relaxation (Anne)		sam. 15 oct.	
Stress et sommeil (Gwen)		dim. 26 mars	

Cochez le(s) atelier(s) qui vous intéresse(nt) et renvoyer nous le règlement afin de valider votre inscription.

En cas d'empêchement nous prévenir le plus tôt possible. Si annulation 72 heures et moins avant l'atelier, il nous est dû sauf si nous avons un autre élève intéressé.

Nom : _____ Prénom : _____

Téléphone : _____ Mail : _____

- 1 atelier du samedi après-midi 3h : 38 €
 1 atelier du dimanche : 80 €
 Cycle dos 2 ateliers de 3h : 75 €

Ordre des chèques : Ayog

09 51 47 09 02 ou par mail contact@ayog.fr - www.ayog.fr

AYOG - Bat. A 48 - 10 rue du Loquidy 44 300 Nantes