



STAGE DE YOGA JUILLET 2020

Montagne et yoga « Ressourcement »

Avec Anne Rainer

Du dimanche 5 juillet au dimanche 12 juillet

Le stage commencera le **dimanche 5 en soirée** et se terminera **le dimanche 12 juillet 2020 en journée**.

Il se déroulera à l'éco-gîte « **La terriade** » au Hameau de Grimone, à une demi-heure de Die.

S'inscrire à l'aide du bulletin ci-dessous à envoyer, accompagné de votre acompte de 150 €, à l'ordre de Ayog - Anne RAINER à :

AYOG, bât.A03 10 rue du Loquidy 44300 Nantes (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

✂ -----

Nom : _____ Prénom : _____

Mail : _____ Téléphone : _____

Nombre d'année de pratiques de yoga : _____

Date de naissance : _____

Frais pédagogique Yoga : 250 €

L'hébergement et les repas (440€ en chambre partagée avec SdB ou 580€ en chambre individuelle avec SdB) seront à régler directement auprès du gîte, sur place.

www.terriade.com

Je joins mon acompte d'un montant de 150 € à l'ordre d'AYOG-Anne RAINER. Le solde pour les frais pédagogiques sera à régler sur place. →



STAGE DE YOGA JUILLET 2020

Montagne et yoga « Ressourcement »

Avec Anne Rainer

Du dimanche 5 juillet au dimanche 12 juillet

Le stage commencera le **dimanche 5 en soirée** et se terminera **le dimanche 12 juillet 2020 en journée**.

Il se déroulera à l'éco-gîte « **La terriade** » au Hameau de Grimone, à une demi-heure de Die.

S'inscrire à l'aide du bulletin ci-dessous à envoyer, accompagné de votre acompte de 150 €, à l'ordre de Ayog - Anne RAINER à :

AYOG, bât.A03 10 rue du Loquidy 44300 Nantes (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

✂ -----

Nom : _____ Prénom : _____

Mail : _____ Téléphone : _____

Nombre d'année de pratiques de yoga : _____

Date de naissance : _____

Frais pédagogique Yoga : 250 €

L'hébergement et les repas (440€ en chambre partagée avec SdB ou 580€ en chambre individuelle avec SdB) seront à régler directement auprès du gîte, sur place.

www.terriade.com

Je joins mon acompte d'un montant de 150 € à l'ordre d'AYOG-Anne RAINER. Le solde pour les frais pédagogiques sera à régler sur place. →

INFORMATIONS PRATIQUES

L'inscription est enregistrée lorsque le bulletin d'inscription accompagné de l'acompte est reçu.

Conditions d'annulation : L'acompte est encaissé dès réception. Les conditions de remboursement sont les suivantes :

- 20€ retenus en cas d'annulation avant le 01/05/2020
- Après le 01/05/2020, l'acompte n'est plus remboursé.

L'accueil est possible en journée le dimanche 5 juillet au Hameau de Grimone. Le premier repas est à 20h, le dernier le dimanche 12 juillet à 13h.

AYOG 09 51 47 09 02

www.ayog.fr contact@ayog.fr

Notez que les randonnées, de sentiers en moyenne montagne, accessibles et repérées sont sous votre responsabilité civile. Nous vous proposerons des circuits à emprunter ensemble en grand ou petit groupe librement.

✂ -----

Si vous avez des éléments à nous signaler (santé, alimentation...) : _____

Je désire une facture

Merci d'apporter votre matériel (tapis, coussin d'assise, plaid pour méditation/nidra....) et chaussures de randonnées.

DATE :

SIGNATURE :

INFORMATIONS PRATIQUES

L'inscription est enregistrée lorsque le bulletin d'inscription accompagné de l'acompte est reçu.

Conditions d'annulation : L'acompte est encaissé dès réception. Les conditions de remboursement sont les suivantes :

- 20€ retenus en cas d'annulation avant le 01/05/2020
- Après le 01/05/2020, l'acompte n'est plus remboursé.

L'accueil est possible en journée le dimanche 5 juillet au Hameau de Grimor. Le premier repas est à 20h, le dernier le dimanche 12 juillet à 13h.

AYOG 09 51 47 09 02

www.ayog.fr contact@ayog.fr

Notez que les randonnées, de sentiers en moyenne montagne, accessibles et repérées sont sous votre responsabilité civile. Nous vous proposerons des circuits à emprunter ensemble en grand ou petit groupe librement.

✂ -----

Si vous avez des éléments à nous signaler (santé, alimentation...) : _____

Je désire une facture

Merci d'apporter votre matériel (tapis, coussin d'assise, plaid pour méditation/nidra....) et chaussures de randonnées.

DATE :

SIGNATURE :

