



## PLANNING DES COURS 2020 / 2021

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
12h20 à 13h30			Relaxation profonde YOGA NIDRA Espace Corps Esprit	
17h15 à 18h15	YOGA NIDRA SOPHROLOGIE SATTVA YOGA	<b>SOPHRO-YOGA ENFANTS</b> Maison Pour Tous ALBERT CAMUS		
19h15 à 20h15		Relaxation profonde YOGA NIDRA Maison Pour Tous ALBERT CAMUS	Méditation guidée/ Relaxation profonde YOGA NIDRA ESPACE VIVANCE	Relaxation profonde YOGA NIDRA Maison Pour Tous ALBERT CAMUS

**Sattva Yoga** - 465 avenue du Pont Trinquat (quartier Mairie /ch. de Moularès) Montpellier

**Maison Pour Tous Albert CAMUS** - 118 Allée Maurice Bonafos (mas Drevon parc Tastavin) Montpellier

**Espace Corps Esprit** - 11 rue Jules Latreille (quartier Ecusson église St Roch) Montpellier

**Espace Vivance** - rue des cigales, Fabrègues (après St Jean de Védas)

## TARIFICATION ANNEE 2020 / 2021

	YOGA NIDRA SOPHROLOGIE SATTVA YOGA	<b>SOPHRO-YOGA ENFANTS</b> et YOGA NIDRA Maison Pour Tous ALBERT CAMUS	Relaxation profonde YOGA NIDRA Espace Corps Esprit	Méditation guidée Relaxation profonde YOGA NIDRA ESPACE VIVANCE
				
<b>Total Relax</b>	15 € le cours d'essai déductible sur Abonnement annuel du 14 septembre au 30 juin	7 € carte Pass agglo Abonnement annuel du 14 septembre au 30 juin	15 € le cours d'essai déductible sur Abonnement annuel du 14 septembre au 30 juin	15 € le cours déductible sur abonnement annuel du 1er octobre au 30 juin
<b>Inspire NIDRA YOGA</b>	<b>220 €</b>	<b>160 €</b>	<b>220 €</b>	<b>160 €</b>
Facilités de paiement si besoin				
	4 x 55€	4 x 40€	4 x 55€	4 x 40€
Pas de cours pendant les congés de Noël				
<b>Infos et inscriptions :</b> <b>YOGA NIDRA adultes Dominique 06 31 87 29 31</b> <b>SOPHRO-YOGA ENFANTS : Andréa 06 11 45 08 52</b>				



### Mesures d'hygiène : toutes les salles

Des mesures pour vous accueillir dans les meilleures conditions d'hygiène : Les chaises, tapis de yoga, poignées de portes, etc. sont désinfectés après chaque utilisation.

Les pièces sont aérées pendant et/ou entre chaque activité. Gel hydroalcoolique à l'entrée, dans les WC ainsi que des serviettes papier jetables.

Sentez-vous libre de me contacter  
pour vérifier les conditions de participation

Venir avec votre propre plaid chaud et confortable, suffisamment large pour vous couvrir intégralement.