**L’ASSOCIATION SHANTI YOGA organise un séjour**

**YOGA ET RANDONNEE.**

**Au Moulin des Bouillons (Frétigny 28)**

**Du jeudi 23 (17h) au dimanche 26 mars (17h) 2023**

* **TARIF STAGE (= arrhes à verser à l’inscription)**

**105,20€**

* **TARIF/HEBERGEMENT (draps et linge de toilette fournis) :**

**A réserver et à régler sur place (pas de CB) directement auprès du propriétaire Mr Antoine Delacoux :**

02 37 49 89 78

antoux@gmail.com

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

* **En chambre double: ……………………………………….75€/jour X3**
* **En chambre individuelle (2 disponibles)…….85€/jour X3**

**> Inscription :** Bulletin d’inscription ci-contre + le règlement (€). **Seuls chèques** (à l’ordre de l’association Shanti Yoga) et **espèces** acceptés. Pour toute modalité de paiement, n’hésitez pas à contacter Véronique.

**> Renseignements : mail**: [veronique.marois@gmail.com](mailto:veronique.marois@gmail.com)

tel : 06 27 96 27 50

site internet : veroniquemarois-yoga.fr

Journée type :

* + 7h à 8h30 : Pratique posturale
  + 8h45 : Petit déjeuner
  + 10h à 17h environ : randonnée
  + 17h : Repos/temps libre/tea time
  + 18h15 : - Pranayama

-Yoga nidra

-Méditation

* + 19h30 : Dîner

**BULLETIN D’INSCRIPTION**

(À rendre avec les arrhes = 105,20€)

**NOM : PRENOM :**

**ADRESSE :**

**TEL fixe : TEL port :**

**E-MAIL :**

Paiement\* : espèces chèque bancaire

Je viens en\* : voiture covoiturage

* Je déclare être en bonne santé physique et mentale.
* Je m’engage à respecter les membres, les activités et les lieux du Moulin des Bouillons, ainsi que son règlement intérieur.

Signature

\*Entourez votre choix