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

 **YOGA ET RANDONNEE.**

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

 **Du jeudi 5 (17h) au dimanche 8 septembre (17h) 2024**

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

 **105,20€**

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

**A réserver et à régler (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 ………………………………..85€/jour X3**

**> Inscription :** Bulletin d’inscription ci-contre + le règlement (105,20€). **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

 tel : 06 27 96 27 50

 site internet : veroniquemarois-yoga.fr

 Journée type :

* + 7h à 8h30 : Pratique posturale
	+ 8h45 : Petit déjeuner
	+ 10h à 15h environ : randonnée
	+ 15h : Repos/temps libre/tea time
	+ 18h00 : - 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