

NARAYANI

7 rue de la Fraternité 93170 Bagnolet
Téléphone: 06 20 23 24 56
narayani.asso@gmail.com

La pratique du yoga permet de conserver un corps sain et un esprit serein en toutes circonstances.

TARIF DES PRATIQUES DE HATHA-YOGA 2021/2021

Adhésion annuelle à l'association **NARAYANI**: 20€

Tarif pour une pratique par semaine:

LUNDI 19h, MERCREDI 19h, cours de 1h30) carte de 10 cours 150€

JEUDI 19h30, cours de 1h, carte de 10 cours 150€

Tarifs spéciaux: famille, chômeurs étudiants: carte de 10 cours 130€

Tarif pour deux pratiques par semaine: carte trimestrielle de 270€ (économie de 30€).

Cours particulier de 1h: 70€

La carte de 10 pratiques est valable un trimestre. Un reçu de paiement peut vous être délivré à la demande

L'argent ne doit pas être un obstacle à votre pratique, n'hésitez pas à me contacter.

Des cours complémentaires, samedi matin en extérieur, ateliers ou journées thématiques pourrons vous être proposés tout au long de l'année.

RECOMMANDATIONS:

Prévoyez une tenue confortable, style jogging plutôt claire. Venez avec votre tapis ou une serviette, un paréo. Pratiquez le ventre vide (3 heures après un repas). Attendez 1h avant de vous doucher ou de prendre un bain après la pratique. Pratiquez tous les jours même 10 mn pour en tirer bénéfice. Maintenez une vie saine et équilibrée.

En cette période particulière liée à la pandémie du covid, il est conseillé d'arriver en tenue de yoga avec votre tapis. Nous respecterons les gestes barrières utilisation de gel Hydroalcoolique, distanciation...

Merci de me signaler tout problème de santé.

ADHÉSION 2021/2022

NOM:

PRÉNOM:

DATE DE NAISSANCE:

ADRESSE:

TÉLÉPHONE PORTABLE:

ADRESSE MAIL:

JOUR(S) ET HORAIRE(S) SUIVI(S):

Tout cours décommandé moins de 24h à l'avance reste dû.

J'adhère à l'association **NARAYANI** et je m'acquitte de la cotisation de 20€ valable de septembre 2021 à juin 2022.

Chèque:

espèce :

virement:

Date:

Signature:

NARAYANI

Association loi 1901

N° siret: 844 411 611 00016

