



Tonus

Concentration

Mémoire

Confiance en soi

Anti stress

Equilibre

Sommeil

Calme

# *Cours de Yoga*

PAUSE YOGA 24

2023-2024

Cours d'essai gratuit

COURS COLLECTIFS (15 maxi)

et COURS INDIVIDUELS



## Cours collectifs de YOGA

Les séances hebdomadaires collectives de yoga sont assurées par Rose-Marie LOPEZ, professeure diplômée de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga depuis 2003.

### Tarifs :

- à l'année : Forfait - Facilités de paiement - 180 euros
- Inscriptions en cours d'année : Forfait dégressif
- Au trimestre - 80 euros (**seulement à COUZE**)

**(Réduction de 20 euros pour les couples)**

### Renseignements et inscriptions :

Rose-Marie LOPEZ

Portable : 07 68 01 63 71

E-mail : [pause.yoga24@orange.fr](mailto:pause.yoga24@orange.fr)

Site : [www.pauseyoga24.fr](http://www.pauseyoga24.fr)

## Reprise des cours le 18 septembre 2023

### Horaires possibles :

- le lundi de 10h00 à 11h15 et de 18h45 à 20h00 à **Couze et St Front**
- le mardi de 10h00 à 11h15 à **Faux**
- le mercredi de 10h00 à 11h15 à **Beaumont du Périgord (Avec Delta Sports - site : [www.deltasports.fr](http://www.deltasports.fr))**

### Adresse des salles :

**Couze et Saint Front** : Salle de l'étendoir, près du camping des Moulins

**Beaumont Du Périgord** : Dojo complexe sportif ou salle polyvalente de l'école primaire, route de Villeréal

**Faux** : salle des fêtes

**PRE-INSCRIPTION OBLIGATOIRE  
AVANT DE VENIR AU 1er COURS**