



Tonus

Concentration

Mémoire

Confiance en soi

Anti stress

Equilibre

Sommeil

Calme

Cours de Yoga

PAUSE YOGA 24

2025-2026

Cours d'essai gratuit

**COURS COLLECTIFS (18 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 COUZE et SAINT FRONT:

- à l'année : Forfait - Facilités de paiement - 185 euros
 - Inscriptions en cours d'année : Forfait dégressif
 - Au trimestre - 85 euros
- (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

Site : www.pauseyoga24.fr

Reprise des cours le 15 septembre 2025

Horaires possibles :

- le lundi de 10h00 à 11h30 et de 18h45 à 20h15 à **Couze et St Front**
- le mardi de 10h00 à 11h15 à **Faux**
- le mercredi de 10h00 à 11h30 à **Beaumont du Périgord (Avec Delta Sports - site : 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, route de Villeréal

Faux : salle des fêtes

PRE-INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AVANT DE VENIR AU 1er COURS