



Depuis 1985, l'association CEPY propose à ses adhérent(e)s la découverte et l'approfondissement du YOGA. Ses professeurs vous accompagnent dans un esprit d'ouverture et de découverte. Ils adaptent la pratique aux besoins et aux attentes de chacun et de chacune.

Notre site : <http://cepy-yoga-melle.mozello.fr/>

Adresse mail de l'association: cepy.yogamelle@yahoo.com

Johannik Dupuy - 06 87 48 32 74

Josette Foisseau - 06 15 19 08 84

Sylvie Gautherin - 05 49 29 93 69

Pascale Naudin - 06 83 49 09 82

**L'association vous propose dans la salle de yoga,
Espace Ste Catherine, place de la poste à Melle**

- 4 séances de Hatha yoga au sol (1 h 30 par semaine)
- 1 séance de Hatha yoga au sol - méditation (1 h 30 par semaine)
- 2 séances de Hatha yoga assis sur chaise (1 h par semaine)

Lundi matin : 9 h 30 à 10 h 30 et 11 h à 12 h Hatha Yoga assis sur chaise

Lundi : 16 h 00 à 17 h 30 et 18 h 30 à 20 h 00 Hatha Yoga au sol

Mercredi : 16 h 00 à 17 h 30 Hatha Yoga méditation au sol

Jeudi : 17 h 00 à 18 h 30 et 19 h 00 à 20 h 30 Hatha Yoga au sol



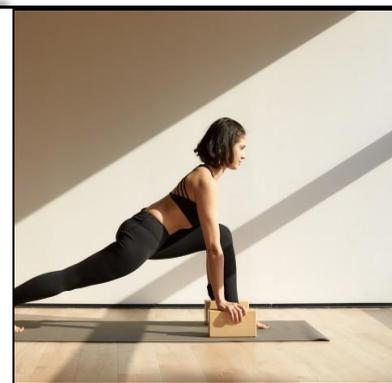
Centre d'Étude et de Pratique du Yoga

Y

O

G

A



Relaxation

Recentrage

Paix intérieure

Vécu du moment présent

Souplesse du corps et de l'esprit

Renforcement musculaire

Rentrée 2024-2025

INSCRIPTIONS ET PRÊT DE MATERIEL

**A notre stand, le jour du forum des associations
le samedi 7 septembre**

**Puis à la reprise des cours,
le lundi 9, le mercredi 11 et le jeudi 12 septembre
1 heure avant chaque début de cours
à l'entrée de la SALLE DE YOGA, espace Sainte Catherine
13, Place de la poste à MELLE**



Centre d'Étude et de Pratique du Yoga

« Le yoga c'est apprendre à revenir à vous-même. C'est trouver vos limites, étendre vos frontières et être capable de vous relaxer réellement dans ce que vous êtes »

Christina Brown yoga thérapeute

Nos enseignant(e)s diplômé(e)s de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga (FNEY)

Bernard Baudouin , Elise Canezza et Anne Duhurt

TARIFS (adhésion de 10 euros comprise)

TARIF	HATHA YOGA Individuel	HATHA YOGA couple *	YOGA CHAISE Individuel
Plein	265	440	175
Social *	190	315	125
Solidarité* Etudiant*	140	230	

Pour le paiement, en un seul versement global.

Facilité de paiement possible : paiement en 3 chèques à l'inscription (débités le mois de l'inscription et les 2 mois suivants).

*Tarifs couple , social , solidarité sur présentation de justificatifs : Votre avis d'imposition de 2023 avec revenu fiscal de référence que vous avez reçu courant **2024**

*Tarif étudiant : Sur présentation de la carte

Pour le bon déroulement des séances, il est préférable d'arriver 15 mn avant le début du cours .



Les enseignants ne sont pas habilités à prendre les inscriptions

A l'inscription, les adhérent(e)s sont invité(e)s à choisir la séance hebdomadaire à laquelle ils souhaitent participer.

L'association vous propose le prêt de kits de pratique avec cautions.

Après une demande auprès d'un des membres du bureau (coordonnées au verso), un essai sur un cours vous sera proposé sans obligation d'engagement et sous réserve de places disponibles.

Possibilité d'adhérer toute l'année sur demande selon les mêmes modalités ci-dessus, en fonction des places disponibles et avec tarif dégressif en fonction de la date d'inscription.

**L'adhésion annuelle vous permet de participer à 1 cours de yoga par semaine (soit 33 cours à l'année)
+ 3 stages gratuits, *un temps bien-être* en fin d'année de pratique et une soirée conviviale avec intervenant**

