



## SAISON 2024-2025 (Voir calendrier)



Rentrée le Mercredi 18/09/2024

Maison des Associations MDA

derrière la médiathèque (La MÉMO)- rue Aristide Briand 95520 OSNY

MERCREDI SOIR	ACTIVITÉ RÉGULIÈRE salle ZEN 1er étage (hors vacances scolaires)		
F-YN	YOGA NIDRA -MEDITATION	18h00-18h45	120 €
F- YOGA+	YOGA PLUS : Hatha Yoga- Pranayama-Yoga Nidra -Méditation	19h00-21h15	190 €
Dimanche matin	ACTIVITÉ PONCTUELLE salle de danse rez-de -chaussée		
Activité 9h30-12h	ATELIERS	Date	TARIF -2023-2024
	Thèmes des ateliers précisés sur le site, au fur et à mesure		
	YOGA ENERGIE Automne	13-oct-24	30 €
	YOGA ET YOGA DU SON	20-oct-24	
	BOOSTER SA CREATIVITÉ	26-janv-25	
	CHOIX INTUITIFS	09-févr-25	
	YOGA ENERGIE Printemps	09-mars-25	
	YOGA BALLE "découverte"	16-mars-25	
	YOGA ENERGIE-INTUITION	06-avr-25	
	8 à 14 personnes par atelier		

### Règlement annuel: ENSEIGNEMENT + ADHÉSION 20€\*

\*Prévoir un règlement séparé pour l'enseignement et l'adhésion.

Aucune activité ne sera remboursée en cas d'annulation.

Les activités sont soumises aux règles sanitaires en vigueur et les dates peuvent être modifiées.

**Prévoir un certificat médical pour le Hatha Yoga**

