



STAGE YOGA & VACANCES entre Jura et lac Léman

(Stage pour tous)

Catherine MASSON

4 allée François Bernier 35760 Saint-Grégoire

06 31 89 42 42

catherinemasson@espaceyoga.org

www.espaceyoga.org



Les cours de Yoga pour tous niveaux sont dispensés par **Catherine MASSON**, enseignante de Yoga, formatrice à la FNEY (<http://lemondedyoga.org/lassociation-fney/>)

Les cours de Yoga se dérouleront tous les matins, puis l'après-midi, en autonomie chacun pourra profiter de vacances, d'un repos dans le gîte ou son jardin, de balades dans le pays de Gex ou dans les hauteurs du Jura ou de découvrir la ville de Genève à moins d'une heure de voiture.

Avant le dîner, un cours de Yoga sera proposé avec une assise en silence.

Dates : du Lundi 5 août 2024 à 18h au Samedi 10 août 2024 à 16h

Lieu : Pré-Richard - 1524 Rue de la Forêt de Dissé, 01170 GEX

04 50 13 82 17 / 06 48 43 86 45 maryv@pre-richard.com <https://www.pre-richard.com>

(Gare TGV Bellegarde-sur-Valsérine, puis [Bus 33 direction Ferney/Divonne](#), Arrêt GEX Centre puis Navette organisateur)

Programme :

- Yoga : 9h30 à 12h30
- Temps libre : 14h à 18h30
- Yoga : 18h30 à 20h

Tarifs :

	Chambre partagée à deux avec sanitaires privés	Chambre particulière avec sanitaires privés	Chambre pour couple avec sanitaires privés
Pension complète pour les 5 jours <u>par</u> <u>personne</u>	500 €	600 €	413 €
Cours de Yoga pour la semaine	350 €	350 €	350 €
Total par personne pour la semaine	Option A 850 €	Option B 950 €	Option C 763 €

La pension complète comprend : draps, linges de toilettes, encadrement des balades.

Apportez votre coussin de méditation et un tapis de yoga

Formulaire d'inscription
au Stage Yoga et Vacances dans le Jura (Août 2024) à renvoyer à :

Catherine MASSON
4 allée François Bernier
35760 St Grégoire

	Merci d'entourer l'option choisie (voir explication sur le tableau de la première page)		
Total par personne pour la semaine	Option A 850 €	Option B 950 €	Option C 763 €

Pour confirmer votre inscription, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 15 juin 2024 **avec un chèque d'acompte de 200 €** à l'ordre de Catherine MASSON (non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure)

Le solde des frais sera réglé en début de stage avec deux chèques, l'un pour le Yoga/accompagnement en raquettes, l'autre pour la pension complète.

Merci de remplir ce formulaire :

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Indiquez si vous avez un régime alimentaire particulier :