Séances M.YOGI

Bienvenue aux séances collectives de Christie

**Mardi : 18h15/19h15 & Vendredi : 17h/18h30 – 71 chemin Summer, St Gilles**

**M.YOGI** est une séance collective qui aide à déployer plus de paix intérieure, d’amour, à amplifier cet espace de tranquillité en Soi afin de faire grandir au fur et à mesure cette paix intérieure. On appliquera ces techniques, postures, respirations, afin de les ancrer dans le corps, les muscles, dans les séances **M.YOGI**

**Les séances** **M.YOGI** réunissent des techniques efficaces de postures, de respirations précises, ancestrales et scientifiquement prouvées.

Les séances **M.YOGI** et les sessions **Energie YOGI** sont uniques, bien plus qu’un cours de yoga, elles agissent comme un véritable soin, un baume, qui se crée au rythme des cours et de chacun(e).

**Abonnements & tarifs M.YOGI** (1h)

* **Séance à l’unité :** **18 €**
* **Au mois**, **1 séance c.**/semaine : **16€** /s. = 64€ (au lieu de 72€)
* **Au mois, 2 séances c.**/semaine : **14€** /s. = 112€ (au lieu de 144€ soit «32 € offert sur 1 mois)
* **Au trimestre**, **1 séance c.**/semaine : **12€** /s. = 144€ (au lieu de 216€ soit 72€ offert sur 1 trimestre, soit 24 € sur 1 mois)
* **Au trimestre**, **2 séances c.**/semaine : **10€** /s.= 240€ (au lieu de 432, soit 192€ d’offert sur 1 trimestre)
* Cotisation payable le jour de la 1ere séance, de préférence en espèces ou chèque
* Possibilité de rattraper une séance manquée du forfait mensuel ou trimestriel, le dernier mercredi du mois.
* Si l’adhérent est dans l’impossibilité de participer aux séances déjà réglées, pour une cause majeure, la cotisation sera remboursée sur présentation d’un justificatif.
* Se présenter **10 minutes avant** la séance, pour qu’il puisse commencer à l’heure.
* Porter un **certificat médical d’aptitude.**
* Avoir une tenue décente où l’on est à l’aise dans ses mouvements.
* Porter **serviette** et **bouteille d’eau.**
* Des tapis sont disponibles, possibilité de porter le sien.

\* Merci de votre présence \*