

TALON D'INSCRIPTION POUR LE STAGE D'ETE

Lundi 3 au Jeudi 6 août 2026, 18h15-19h30

Château de Cormondrèche

Prix : Frs 120.- pour les 4 soirs

A renvoyer à : enjeusante@bluewin.ch

Quatre soirs pour respirer dans un lieu...inspirant, bouger, se détendre, lâcher-prise et explorer en confiance les possibilités (parfois insoupçonnées !) de son corps.

Je vous proposerai des postures d'étirement, de tonification musculaire, de yoga.

Seul(e) ou à deux, vous pratiquerez sous supervision dans le calme, la légèreté et la pleine conscience.

La respiration, pierre angulaire de tout travail corporel, guidera et soutiendra vos mouvements.

Nom :

Prénom :

Rue et N°:

N° postal et localité :

Tél + Portable :

Email :

Les désistements sont pris en compte une semaine avant le début du stage. Passé ce délai, le paiement est du sauf si un remplaçant est trouvé.

Le paiement se fait sur place Cash le premier soir, le montant exact déposé dans une enveloppe à votre nom, merci !

Les détails pratiques (parking, matériel à prendre) vous parviendront dans le courant de l'été

Lieu, date et signature :