

Inscriptions au 0696.40.75.30



www.yoga-sante-martinique.com

 Yoga Santé Martinique

Retrouvons-nous pour le 1^{er} cours
de la saison
vendredi 1^{er} sept.

ENSEIGNEMENT DU YOGA IYENGAR **planning Saison 2023/2024** En présentiel ou via l'application Zoom [ID réunion : 8990149200]

Niveau Asana →	Senior	(0) Grand débutant	(1) Débutant	(2) Débutant intermédiaire	(3) Intermédiaire	(4) Cours adapté
Lundi	15h00-16h30	19h15-20h30				
Mardi			11h15-12h45	18h30-20h15		Uniquement sur réservation
Mercredi			19h15-20h45			Au 0696.40.75.30
Jeudi	15h00-16h30		11h00-12h30	18h30-20h15		Bilan individuel au préalable
Vendredi			19h15-20h45			↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
Samedi					8h30-10h30	11h15-12h15

TARIFS ADULTES

- Forfait 1 cours : 20 €
 - Forfait bilan individuel / cours adapté : 30 €
 - Forfait 10 cours : 165 € *
 - Forfait 20 cours : 295 € *
 - Abt annuel : 1400 € [sept 23 à juin 24] *
 - Abt annuel senior : 1100 € [sept 23 à juin 24] *
- * **Facilités de paiement sur demande**
- Abt illimité semaine: 50 €
 - Abt illimité mois : 150 €

TARIFS Etudiants / Chômeurs

- Forfait de 10 cours : 110 € sur présentation d'un justificatif de statut

NOUVEAU (0) **Grand débutant** : pour découvrir le yoga – format du cours plus court et plus « light »

(1) **Débutant** : pour comprendre et redécouvrir les bases des Asanas (postures)

(2) **Débutant/intermédiaire** : (*débutants admis*) : pour consolider les bases des Asanas (postures) et découvrir le Pranayama (contrôle du souffle)

(3) **Intermédiaire** : pratique avancée qui nécessite l'avis de l'enseignant avant de vous présenter au cours

NOUVEAU (4) **Cours adapté** : prise en charge de problématiques de santé spécifiques (hypertension artérielle – diabète – insomnie – mal de dos – endométriose – fatigue chronique etc.) / bilan individuel au préalable sur RDV / cours sur réservation