

HATHA YOGA SAISON 2025-2026

SALLE POLYVALENTE PLACE DE LA CHAUME 03420 SAINT-FARGEOL

Reprise des cours semaine n°38 : lundi 15 et mercredi 17 septembre 2025

Lundi (1h15)	Mercredi (1h15) (cours à distance en visioconférence)
19h00 — 20h15 Hatha Yoga	19h00 — 20h15 Hatha Yoga
<i>pratiques posturales – concentrations – visualisations – respirations – méditations guidées</i>	
<i>détendre – respirer – assouplir – étirer – renforcer – tonifier – apaiser</i>	

matériel obligatoire : un tapis et coussin personnels, une serviette de bain ou une couverture

FORFAITS : 28 séances de yoga à l'ordre de PSYCHOSYNERGIE	
Yoga 1h15 Saint-Fargeol (9,14€/h) 28 séances hebdomadaires, hors vacances scolaires, en salle	320€ (ou 4 chèques de 80€)
Cours à distance en visioconférence 1h15 (8,28€/h) 28 séances à distance, en direct ou en rediffusion privée, hors vacances scolaires	290€ (ou 4 chèques de 72,50€)

Le dépôt du 1^{er} règlement aura lieu à l'inscription en septembre 2025, **toutefois la totalité de la cotisation est à remettre à l'inscription pour valider celle-ci.** Le tarif pour la saison 2025-2026 est un forfait. **Les séances ne sont ni remboursables, ni échangeables.** Une facture acquittée est envoyée par courriel. En cas d'impossibilité d'utilisation de la salle, les séances seront proposées par visioconférence.

Le calendrier est remis à la rentrée et disponible sur le site internet.

En cas d'absence et sur demande préalable, la séance peut être suivie à distance en visioconférence, en rediffusion privée ou en présentiel sur un autre cours, selon les possibilités proposées par PSYCHOSYNERGIE.

ADRESSER VOTRE DOSSIER COMPLET À : PSYCHOSYNERGIE – 3 RUE DE LA CROIX DE PIERRE – 03420 SAINT-FARGEOL

- Fiche d'inscription.
- Règlement obligatoire en paiement comptant ou en quatre chèques à l'ordre de PSYCHOSYNERGIE
- Adhésion individuelle facultative à la Fédération française de Hatha Yoga sur le site de la FFHY, rubrique adhésion. Elle vous permet de compléter votre pratique avec la revue Namaskar.
- Certificat médical de non-contre-indication à la pratique

Dès la première séance, toute personne sans certificat médical de non-contre-indication à la pratique ne sera pas acceptée

Nom et prénom		Adresse	
Nom et date de naissance		Courriel	
Profession		Téléphone	
Cours choisis et montant		Date et Signature	

Je demande réservation pour une séance d'essai à 20€

Psychosynergie
3 rue de la Croix de Pierre – 03420 SAINT-FARGEOL
Tél. 04.43.50.00.06 - sophro@psychosynergie.com
www.hatha-yoga.fr – www.psychosynergie.com

Marie-Christine Martin
Professeure diplômée de la Fédération française de Hatha Yoga – Paris
Professeure diplômée de l'Institut de YogaThérapie – Paris
Sophrologue praticienne — Titre enregistré au RNCP – Paris
Membre de la Fédération Internationale de Relaxologie