

YOGA

Horaires 2005/2006

2 cours d'essai offerts

Parking privé et gratuit

Ecole de Yoga d'Aix en Provence

2245 avenue du colonel Bellec

13540 Puyricard



A 10' du centre d'Aix

04 42 28 61 94

site : <http://yogaix.free.fr/>

Fédération Française des Ecoles de Yoga

Il est possible de commencer à tout moment de l'année

Le Hatha-Yoga est une technique incluant des exercices de **respiration**, de **postures**, de **concentration** et de **relaxation**

Une **pratique régulière** apporte **calme**, **bien-être** et **vitalité**.

L'heure indique le début des cours

Cours avec Christian Tikhomiroff :

- ✓ **Lundi** : 9h00 - 18h30* à 20h30
- ✓ **Mardi** : 10h00 - 12h30
- ✓ **Mercredi** : 17h15 - 18h30

* : cours avancé, durée 2 heures.

Règlement au cours : 1 heure : 10 € ; 2 heures : 20 €

Cours avec Olivier Clair :

- ✓ **Mardi** : 17h15 - 18h30 - 19h45 (relaxation)
- ✓ **Jeudi** : 10h00 - 12h30 - 18h00 - 19h15 (respiration) - 20h30
- ✓ **Vendredi** : 10h00 (relaxation) - 12h30 - 14h00** à 16h00 - 17h15 - 18h30
- ✓ **Samedi** : 9h00

** : cours intensif, durée 2 heures.

Adhésion 2005/2006 : 25 €

Règlement au cours : 10 €

Carnet de 8 tickets : 60 € (7,5 € le cours)

Carnet de 16 tickets : 110 € (6,8 € le cours)

Forfait annuel : 400 € (4,5 € le cours)

Forfait étudiant : 350 € (3,9 € le cours)

Forfait couples : 350 € par personne (3,9 € le cours)

1 ticket pour un cours de 1 heure

Les forfaits sont valables pour 2 cours par semaine et plus. Ils sont dégressifs en cours d'année.

Autres activités

L'école propose également des cours longs (2 heures), des ateliers, des stages et des cycles de formations. Programme complet sur demande.