

AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

LA COMMUNE ORGANISE DES COURS DE YOGA

DU 1^{er} SEPTEMBRE AU 15 DECEMBRE 2021



Les cours auront lieu
tous les mercredis
(sauf vacances scolaires et fériés)
de 14h30 à 15h30 (débutants)
de 15h45 à 16h45 (initiés)
A l'école de **MEYRIN-VILLAGE**
(salle de gym) - avenue de Vaudagne 6

Inscription obligatoire

CHF 50.- par personne

Retrouver calme, souplesse et sérénité avec le yoga.

Un professeur agréé vous propose des cours de yoga incluant une pratique de postures physiques (Asanas), des exercices de respiration (Pranayama) et une initiation à la méditation (Dyana).

Aucune souplesse de base n'est requise pour participer, les débutants sont les bienvenus; seul votre enthousiasme compte !

L'intégralité du prix du cours sera facturée en cas d'absence ou de demande d'inscription en cours de session. **Seul un certificat médical** permet d'annuler une inscription.

Nous ne confirmons pas par écrit la participation aux cours. Votre inscription tient lieu de confirmation. Une fois le coupon d'inscription remis au service des aînés, vous pouvez vous rendre aux cours et vous recevrez ultérieurement une facture par la poste.



✂

Coupon d'inscription

Je m'inscris pour le cours de yoga :

du 1^{er} septembre au 15 décembre 2021 et m'engage à payer CHF 50.-

SESSION DEBUTANTS: de 14h30 à 15h30

SESSION INITIES : de 15h45 à 16h45

Nom: Prénom:

Adresse: Téléphone:

A retourner **avant le debut des cours, au plus tard, le 27 août 2021** à la mairie,
service des aînés, CP 367, 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, aines@meyrin.ch