

Programme 2018.2019

Méditations: Ve : 9 nov, 7déc, 11 jan, 8 février, 8 mars, 5 avril, 10 mai.
2 séances : 5h du matin et à 20h, s'inscrire au moins 1 semaine avant.
1 séance: 10 € Attention : 2 ans de pratique de yoga et assiduité sont nécessaires.

Journée Découverte : le 14 Octobre 2018 s'inscrire avant le 1^{er} Octobre
Visite musée Alexandra. David Neel, frais à définir

Journée Yoga Do-In : Dimanche 25 Novembre de 9h à 17h,
salle du Colombier à Cessieu, entrée du stade de foot.
S'inscrire avant le 9 novembre 2018. coût : 25€. Amener votre pique-nique

Marché de Noël : 8 décembre 2018 à la Tour du Pin, (sous réserve ???!!!!)

Journée Yoga- Do In : dimanche 27 janvier 2019 de 9 h à 17 h à Cessieu,
S'inscrire avant le 6 janvier 2019 Coût : 25 €. Amener votre pique-nique.

Stage yoga ,détente. Méditation : Le 29.30.31 Mars 2019
à Arcanson, s'inscrire avant le 15 janvier 2019 . Voir Plaquette

Yoga d'été : Juin : lu 3. Ma 4. Ma11. Me12. ma18. me19. ma25. me26.
Juillet : ma2. me 3. ma 9. Me 10

Le mardi à 18h à Cessieu, le mercredi à 20h à Dolomieu
Coût :10 € le cours, inscription et paiement avant le 20 Mai 2019.

Sortie détente à Aix : samedi 11 Mai 2019 :
sauna, jacousi, bains à remous, Tarif à confirmer

DIVERS : Je vous propose à la vente: des coussins Zafu : gm : 36€ en kapok
Lota, pour nettoyer le nez 12 €, Bougies d'oreille : 6€, Encens:40g : 5€

Massage traditionnel Ayur-Védique : prévoir 2 heures
85€ +10€ adhésion au cyt (si personne extérieure) Sur rendez-vous uniquement

Inscriptions _____ Journée du201.

Nom.....prénom.....

Téléphone.....mail :

Adresse.....

Joindre votre règlement, merci bien

C.Y.T. 1 rue J. Savoyat, 38110 La Tour du Pin : 04.74.97.37.17(répondeur)
