

# YOGA à Virandeville

Cours assurés par **Elisabeth Remy** et **Erwan Kerlan**  
reconnus par l'**Institut Français de Yoga** et l'**Union Européenne de Yoga**.  
Un enseignement dans la Tradition de **TKV Desikachar** et **Krishnamacharya**

1° Les **cours collectifs** (10 personnes) commenceront

- **mardi 10 septembre 2024** de **19h à 20h** avec Erwan
- **mercredi 11** **17h45 à 18h45** et **19h à 20h** avec Elisabeth.

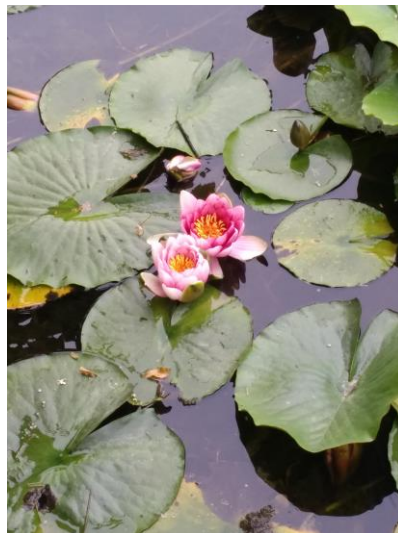
2° Une nouveauté : **mercredi, tous les quinze jours** de **10h30 à 11h30**  
**Cours de yoga sur et avec chaise** pour les personnes souffrant de troubles  
musculo-squelettiques, perte d'équilibre ... avec Elisabeth,  
premier cours : **mercredi 11 septembre**.

3° Les **Cours Enfants** ont lieu, **un mercredi par mois**, de **15h30 à 16h15**,  
hors période de vacances, avec Elisabeth

Avec Elisabeth **sur rendez-vous** :

4° **Cours individuels**

5° **Yoga, accompagnement de la grossesse.**



Tarif des cours : **1° 135 € ; 2° 115 € ; 3° 70 € ; 4 et 5° 40 €** ou forfait.  
à l'année, comprenant : les cours assurés par l'AMY, l'adhésion à l'Institut  
Français de Yoga, via IFY Espace Nord, et l'assurance de base.

Pour les nouveaux élèves ou élèves l'ayant fourni depuis plus de 3 ans :

**prévoir un certificat médical obligatoire.**

Inscription par règlement en chèque à l'ordre d'**AMY**  
**au plus tôt.**

Renseignements au **02 33 04 13 72.**