

Chers élèves Yogis

C'EST LA RENTRÉE !

Nous voici proche de la rentrée , et il est temps de vous apporter des informations concernant la reprise des activités YOGA.

REPRISE DES COURS

Les cours reprennent à la date prévue : le lundi sept septembre ;

LA SALLE

Elle est prête à vous accueillir avec 14 belles places ou chacun(e) aura ses 4 mètres carré dans une pièce de 75 m2 (faites le calcul!).

Les précautions d'usage à la fréquentation de la salle seront affichées à l'entrée et aussi détaillées dans le site internet-il me faut ici préciser de venir en tenue pour ne pas séjourner dans le vestiaire et d'apporter son équipement: tapis , serviette , coussin ,plaid ,petit sac à masque...

INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire il y a du nouveau : Dès le mardi premier septembre , vous pourrez vous inscrire en vous connectant sur mon site « VICHYOGA.FR ».

Sur le site , il vous sera possible dans le même temps de choisir votre cours, remplir le formulaire d'inscription et de procéder au paiement des séances.

Comme par le passé , l'engagement sera d'un mois , avec le seul impératif de ne pas oublier de s'inscrire avant l'heure du premier cours chaque début de mois

NB: Les personnes pour qui cette obligation ne conviendrait pas , auront la possibilité de me contacter par téléphone et nous chercherons ensemble une solution .

Vous comprendrez que la mise en place de la nouvelle organisation peut générer des situations imprévues malgré les soins apporter à sa conception.

LES COURS

Les cours de Hatha Yoga seront au nombre de sept chaque semaine pour permettre à chacun (e) de vous de trouvez « sa » place .

Ce début d 'année vous ne pourrez suivre qu'un seul cours de Hatha yoga dans la même semaine , afin de laisser une chance à tous de venir dans la salle.

Les cours de Yoga Ballon viennent compléter l'offre « Yoga postural » très judicieusement , étant un soupçon plus tonique et dynamique . A tenter , si vous voulez une expérience nouvelle pour la rentrée .(sans risque avec l'inscription d'un seul mois!).

Les cours de Yoga Prénatal toujours appréciés mais dont l'expérience est réservée à des privilégiées ...sorte de club privé pour ainsi dire .

Enfin , le meilleur de la semaine : l'entrée dans le week-end avec la séance de Yoga Nidra du vendredi soir . Le délice de la relaxation profonde et le « Reset » d'un repos physique et psychique .

Le futur étant pour moi le résultat des actions que l'on fait au présent, je vous souhaite une merveilleuse rentrée , bien sûr avec les précautions nécessaires mais aussi avec la JOIE de résider sur notre belle terre et tout l'AMOUR que nous pouvons transmettre autour de nous . Ce n'est pas « Bisounours » mais un mode d'action pour un meilleur futur.

Au grand plaisir de reprendre les cours avec vous .

Dominique DAVID