

Cette année, notre association VALC, vous propose 3 ateliers de yoga !

3 ATELIERS DE  
YOGA

SAISON  
2022/2023



**Quand :** Le samedi matin

**Combien de temps ?** De 10h00 à 12h00

**Où ?** Maison de quartier de la Clef St pierre, 6, rue de Dublin à Elancourt.

**ATELIER SUR  
LA CONFIANCE**

(Point de vue du yoga : sustra,  
posture, pranayama, méditation)

19/11/22

**ATELIER SUR  
LA GESTION DU STRESS**

21/01/23

**ATELIER SUR LA  
MEDITATION**

18/03/2023

*Les ateliers de yoga sont des instants propices à la découverte, l'expérimentation ou à l'approfondissement d'un sujet.*

**Nos Tarifs :**

Adhérents VALC : 20€ la séance

Non adhérents : 25€ la séance

**Le nombre de places étant limité, merci de réserver votre place.**

Yogact - Valérie LE VIOL VASCONCELOS  
P : 06 84 23 64 09 - mail : yogact78@gmail.com

<https://www.facebook.com/vivrealaclef>

<https://elancourt.valc.fr/>





## Bulletin d'inscription

Nom : .....

Prénom : .....

Votre adresse .....

Votre téléphone : .....

Utilisateur WhatsApp       oui       non

Votre e-mail : .....

### Atelier de 2h00 :

- Le 19/11/2022
- Le 21/01/2023
- Le 18/03/2023

- Adhérents Valc : 20 € l'atelier
- Hors adhérent : 25 € l'atelier

**L'inscription** : Le règlement et le bulletin d'inscription sont à retourner à Valérie LE VIOL VASCONCELOS - 18 rue Gabriel Péri 78190 Trappes ou à remettre dans la boîte aux lettres de VALC (6 rue de Dublin 78990 Elancourt).

**Votre règlement** : Par chèque à l'ordre de VALC

\*En cas d'absence de votre part, notez bien qu'aucun remboursement ne pourra avoir lieu.

Souhaitez-vous une facture ?       Oui       non

Fait-le : ...../...../.....

Signature

