

Conditions d'inscription

- cotisation à l'association Le souffle de Charonne (10 €)
- un certificat médical
- une fiche d'inscription remplie
- une photo d'identité

Cours d'essai (sur rendez-vous)

1h : 7 € - 1h30 : 10 € (déductible si inscription annuelle)

TARIFS ANNUELS ADHÉRENTS*

(inscription en septembre/octobre)**

Base de 36 cours dont 6 offerts

Pour 1 cours par semaine :

1h 300 €
1h30 370 €

Pour 2 cours par semaine (- 10%) :

1h+1h 540 €
1h + 1h30 603 €
1h30+1h30 606 €

Carnet de 10 cours :

1h : 138 € 1h30 : 170 €

Carnet de 3 cours :

1h : 45 € 1h30 : 55 €

(les carnets sont valables 1 an)

Accès illimité : 795 €

YOGA ET MATERNITÉ

Carnet de 10 cours de 1h : 138 €

Carnet de 3 cours de 1h : 45 €

(transférables sur les cours adultes classiques)

(*) Les tarifs incluent les cours et la location de la salle.

(**) Si l'inscription annuelle se fait à partir du 1^{er} novembre les tarifs seront de 13 € pour 1h30 et de 10 € pour 1h multipliés par le nombre de séances restant jusqu'à la fin du mois de juin. Une réduction de 10% sera accordée pour 2 séances minimum par semaine.

Cours occasionnel : 1h : 18 € - 1h30 : 25 €

Stages dédiés aux professeurs de yoga

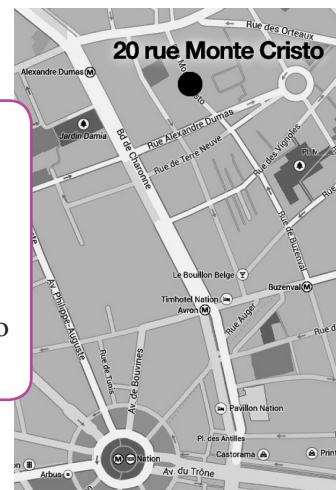
Ces stages s'adressent uniquement aux professeurs de yoga qui souhaitent approfondir la méthodologie et la pratique sur le Viniyoga selon l'enseignement de Bernard Bouanchaud. La pratique proposée sera en lien direct avec de l'étude du yoga sûtra de Patanjali, il sera suivi d'un atelier porté sur la créativité et l'approfondissement de la séance. C'est aussi une manière de partager et de progresser ensemble pour garder un lien avec la source même du yoga et rester fidèle à la tradition yogique reçue de Bernard Bouanchaud, élève de Désikachar.

Renseignements et inscriptions

06 08 89 64 83 • filla.brion@gmail.com
yogamanjali.com

Lieu des cours, stages et ateliers

Salle de danse
et de yoga
20, rue Monte-Cristo
75020 Paris



Accès :

Alexandre Dumas / Avron Nation
 Buzenval Bus 26 76

YOGAMĀNJALI योगमाञ्जलि

COURS DE YOGA

saison 2017-2018

reprise des cours le 5 septembre 2017

- Cours hebdomadaires
hors vacances scolaires
- Stages mensuels tous publics
- Stages dédiés
aux professeurs de yoga
- Cours prénatals
- Cours postnatals avec bébé
- Cours pour enfants
- Cours parents-enfants
- Cours individuels
- Ateliers méditation

Renseignements et inscriptions toute l'année :

06 08 89 64 83
contact@yogamanjali.com
filla.brion@gmail.com

visitez
notre site

yogamanjali.com

Cours hebdomadaires

Saison 2017-2018

Ces cours s'adressent à toutes et à tous aussi bien les débutants que les pratiquants réguliers et confirmés.

Mardi

10h-11h30 (tous niveaux, doux)
12h30-13h30 (intermédiaire-avancé)

Mercredi

19h-20h30 (intermédiaire-avancé)
20h30-21h30 (tous niveaux)

Jeudi

10h-11h30 (intermédiaire-avancé)
12h-13h (tous niveaux, doux)
18h30-19h (méditation)
19h15-20h15 (tous niveaux, doux)

Vendredi

17h-18h (yoga pour enfant)
18h30-19h30 (très doux)
19h30-21h (tous niveaux)

Samedi

9h30-11h (avancé)
11h15-12h15 (très doux)
12h30-13h30 (tous niveaux)
14h30-15h30 (yoga prénatal)

Dimanche

Stages

SUR RENDEZ-VOUS

Lundi à partir de 12h30 • Vendredi

• Samedi à partir de 16h

cours individuels et cours parents-enfants

*Possibilité de rattraper les cours en cas d'absence dans toutes les tranches horaires
Pas de cours pendant les vacances scolaires*

Yoga et maternité

Ces séances sont réservées uniquement aux futures mamans (yoga prénatal) ou aux mamans avec leur bébé (yoga postnatal) par petit groupe.

Yoga prénatal

tous les samedis de 14h30-15h30
hors vacances scolaires

Yoga postnatal avec bébé

inscription souhaitée

un samedi par mois de 16h30 à 17h30

2017 : 16 septembre • 14 octobre • 18 novembre

2018 : 20 janvier • 3 février • 24 mars • 7 avril
• 26 mai • 9 juin

Stages tous publics

Les stages permettent une expérience approfondie sur le yoga dans son ensemble, l'étude des Yoga sùtra, les postures, le souffle, le son, la méditation...

Les dimanches de 14h30 à 17h30

2017 : 24 septembre • 18 octobre
• 19 novembre

2018 : 21 janvier • 4 février • 18 mars •
8 avril • 27 mai • 17 juin

Sur réservation

TARIF : 45€/séance de 3h

Retrouver les infos sur yogamanjali.com

Méditation

Ateliers hebdomadaires

Les jeudis de 18h30 à 19h

TARIF : participation libre

Yoga pour enfants

Le yoga pour enfants est une méthode adaptée, ludique et multisensorielle pour bien grandir dans son corps et dans sa tête. C'est un excellent outil pour aider les petits à prendre conscience de leur respiration et de leur corps.

Vendredis de 17h à 18h

270 € (+ 10 € de cotisation à l'association)

Contactez Virginie :

06 74 26 86 31 ou virginie.leblanc7@gmail.com

Yoga parents-enfants

Pour connaître le calendrier des ateliers

rendez-vous sur yogamanjali.com

ou contacter Filla : 06 08 89 64 83 / filla.brion@gmail.com

Cours particuliers

Fidèle à l'esprit du yoga, le cours particulier permet d'apporter un programme personnalisé et évolutif pour une application quotidienne. C'est un complément au travail de groupe.

Ces séances s'adressent aussi à des personnes qui pour des raisons diverses ne peuvent suivre un cours en groupe et préfèrent un suivi personnalisé.

Les dates sont fixées avec l'enseignante pour un suivi régulier dans l'année. Un déplacement à domicile peut être envisagé dans certains cas.

TARIF (pour environ 1h)

1 séance.....60 €

Sur rendez-vous :

06 08 89 64 83 / filla.brion@gmail.com