

Vinyasa Yoga Studio



HORAIRES	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY DETOX DAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY
10:00-11:00	Hatha Yoga & gestion du souffle	Power Yoga	Yogaflex	Detox Yoga	Hatha Yoga Traditionnel	Hatha Yoga Traditionnel
11:15-12:15	Yoga Sculpt					Vinyasa Yoga
12:30-13:30	Hatha Yoga Level 1 - 2	Hatha Yoga Traditionnel	Dance On Namaste	Mental Détox	Vinyasa Yoga Flow	
18:30-19:30	Vinyasa Yoga Flow	Méditation 1h15	Vinyasa Yoga	hatha Yoga Detox level 1 - 2		

méditation réservé adhérents

HATHA YOGA & GESTION DU SOUFFLE : Redécouvrir le souffle pour un équilibre physique et mental.

VINYASA YOGA FLOW : Yoga dynamique. Apprentissage des postures. Renforcement musculaire et maîtrise du souffle.

YOGA SCULPT : Sculpter son corps (bras, abdos, fessiers, cuisses). Postures et renforcement musculaire.

POWER YOGA : Yoga dynamique. Renforcement musculaire intense.

MENTAL DETOX : Une séance pour déconnecter et retrouver son équilibre. Séance très douce, à découvrir.

DANCE ON NAMASTE : Venez vous amuser. renforcez votre corps sur des airs de salsa, merengue, bollywood, africain.

POWER CAMP : Yoga dynamique. Renforcement musculaire profond dans une ambiance à la bougie.

CORE DETOX & PURE DETOX © : Yoga pour purifier l'organisme basé sur des postures spécifiques. Acupression mat.

HATHA YOGA TRADITIONNEL : Postures traditionnelles pour favoriser l'équilibre physique, mental, émotionnel.

VINYASA BASIC : Pour les élèves qui veulent découvrir le yoga dynamique.

VINYASA YOGA /VINYASA YOGA LEVEL 1-2 : Yoga dynamique. Renforcement musculaire. Tous niveaux

HATHA YOGA LEVEL 2 : Séance plus intense de hatha yoga. Ressentez davantage les effets dans les postures.

YOGAFLEX : Yoga basé sur des étirements plus profonds afin d'améliorer sa souplesse. Yogaflex Relax plus doux.

HATHA YOGA RELAX : Cours de yoga avec des postures douces, respirations, relaxation, méditation.

BULLETIN D'ADHESION – MEMBERSHIP FORM

Nom / Surname		Prénom / Firstname	
Né(e) le / Date of birth		à / in	
Adresse / Address			
Ville / City			
Code postal / Post code		Pays / Country	
Téléphone			
E-mail ou fax / or fax			

Confidentialité des données : « Les informations concernant les Adhérents sont nécessaires pour le fonctionnement du Studio. Elles font l'objet d'un traitement informatique interne et sont destinées au secrétariat du Studio à l'exclusion de toute autre utilisation. Elles ne sont jamais communiquées à des organismes externes au Studio. Conformément à la loi Informatique et Libertés et en application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition aux données personnelles vous concernant en adressant un courrier à : VINYASA YOGA STUDIO, 14 rue Buttura – 06400 CANNES »

TARIFS ET FORMULES 2018 - PRICE LIST 2018

Possibilité de régler en 2, 3,4 fois

Carte Membre Vinyasa Yoga Studio : 45 euros / Vinyasa Yoga Studio Membership Card : 45 euros

- 1 COURS / 1 CLASS : 20 euros (Sans Adhésion - Without Membership Fee) MAT RENTAL 2€
- CARTE DE 10 COURS / 10 CLASSES CARD : 185€
- CARTE DE 20 COURS / 20 CLASSES CARD : 325 €
- CARTE DE 30 COURS / 30 CLASSES CARD : 455 €

Certificat médical obligatoire / Medical certificate obligatory

MERCI DE SIGNALER TOUT PROBLEME DE SANTE ET OPERATIONS , PROTHESES , GROSSESSE ETC...

L'Adhésion implique le respect du règlement intérieur du Studio affiché à l'Accueil

Cannes, le / /

Signature de l'Adhérent / of the Member

SAS VINYASA YOGA STUDIO Siret N° 519315915 R.C.S
14, Rue BUTTURA – 06400 CANNES – Téléphone : 04 93 38 68 74
www.cannesyogaclub.com / www.vinyasayogastudio.com email : contact@vinyasayogastudio.com