



YOGA ET BRAIN GYM ENFANTS

1. YOGA Vinyassa

- Un temps de recentrage pour connaître son corps
- Un temps de respiration pour se détendre
- Un temps de mouvements ludiques pour découvrir et faire travailler ses muscles tout en développant la souplesse et une conscience corporelle.

2. BRAIN GYM

- 26 exercices ludiques de gymnastique dynamique inspirés du yoga, de la psychomotricité, du fitness.

Groupe de 12 enfants maximum. Fin des inscriptions le 13/9.

Le nombre de place étant limité, les adhésions seront validées à réception du dossier complet uniquement et dans l'ordre d'arrivée.

Bulletin d'adhésion Yoga-Brain Gym

Mr / Mme :

Autorise(nt) mon fils / ma fille à s'inscrire au Yoga enfants

Prénom : Nom :

Classe de (année 2019/2020) :

Téléphone : Mail :

Inscription au cours : du mardi midi de la PS à la GS

du mardi midi du CP au CM2

Tarif : 265 euros

Règlement par chèque à l'ordre de Carole Grilo à renvoyer à l'adresse suivante :

Carole Grilo 36 rue Vital 75116 Paris Informations : carolegrilo@hotmail.fr ou 0664257779

Pièce complémentaire obligatoire : certificat médical

Toute adhésion est définitive et non remboursable sur l'année si l'enfant ne participe plus à l'activité.

Le :

A :

Signature :