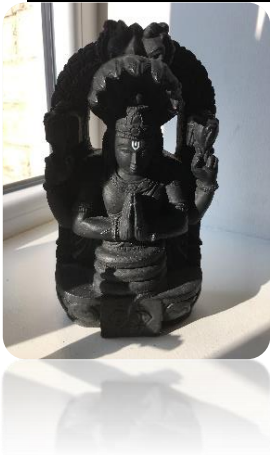




Claire des Longchamps
2 rue du clos 78720 Dampierre en Yvelines
Tél : 01.30.47.57.95 Port : 06.63.27.36.19
claire.deslongchamps@orange.fr
Site : <https://yoga-claire-des-longchamps.com>



STAGES d'ÉTÉ de YOGA IYENGAR® à ST MALO avec CLAIRE des LONGCHAMPS

Du vendredi soir 9 Août jusqu'au jeudi matin 15 Août 2024
Niveau Intermédiaire

Du vendredi soir 16 Août jusqu'au jeudi matin 22 Août 2024
Niveau Intermédiaire et Avancé

☐ M. ☐ Mme (en majuscules)

NOM.....PRENOM.....

Adresse.....

..... Né(e) le.....

Mail Tel.....

Nombre d'années de pratique de Yoga Iyengar®.....

Nom de votre enseignant.....

Problèmes de santé éventuels.....

Début de la pratique samedi matin, fin de la pratique mercredi soir.

Vous devez apporter votre matériel (1 tapis, 4 couvertures, 2 briques, 2 ceintures).

Je m'inscris au premier stage (9 août au 15 août) : ☐

Chambre double ☐ Chambre individuelle ☐ Externe ☐

Je m'inscris au deuxième stage (16 août au 22 août) : ☐

Chambre double ☐ Chambre individuelle ☐ Externe ☐

TARIFS PAR STAGE	Chambre Double	Chambre Individuelle	Date d'Encaissement
Acompte hébergement			Mars 2024
Solde	272,20	355	Juillet 2024
Total hébergement	392,20	520	
Enseignement	330		Août 2024

DATE/...../.....

SIGNATURE :

Chèque d'acompte et de solde de l'hébergement à l'ordre du « Centre Patrick Varangot »

Chèque pour l'enseignement à l'ordre de « Claire des Longchamps »

Si vous faites les 2 stages ou la journée des professeurs du jeudi 22 août, merci de contacter directement le Centre Patrick Varangot pour réserver votre chambre pour la nuit du jeudi 15 août ou du jeudi 22 août.

**BULLETIN à RENVoyer POUR LE 1er MARS AU PLUS TARD
AVEC LES 3 RÈGLEMENTS (acompte, solde, enseignement)**



Claire des Longchamps
2 rue du clos 78720 Dampierre en Yvelines
Tél : 01.30.47.57.95 Port : 06.63.27.36.19
claire.deslongchamps@orange.fr
Site : <https://yoga-claire-des-longchamps.com>



LIEU

Centre Patrick Varangot,
37 rue du R.P. Umbricht
35400 Saint Malo.

<http://www.centrevarangot.com/ethic-etapes/fr/>

**Le centre Patrick Varangot
est idéalement situé à 150 m
de la plage et à 2km du
centre du vieux St Malo**

PROGRAMME

08h30 : boisson chaude
09h30 à 11h30 : pratique posturale
11h30 à 12h00 : pranayama
12h30 : déjeuner
16h à 16h30 : yoga-sutra
16h30 à 19h00 : pratique posturale
19h30 : dîner



*Les chambres situées dans le bâtiment ci-dessous,
sont équipées d'un cabinet de toilette avec douche et
WC. Elles sont en face de la salle de pratique et de la
salle de restaurant. Les repas sont végétariens.*



La salle de pratique est au rez-de-chaussée.



En cas d'annulation seront conservées sur les sommes versées :

Annulation	Double	Individuelle
Jusqu'au 90 ^{ème} jour avant l'arrivée	49€	65€
Du 89 ^{ème} jour au 30 ^{ème} jour avant l'arrivée	69€	91€
Du 30 ^{ème} jour au jour d'arrivée	Totalité de l'hébergement	Totalité de l'hébergement