

**Date:** SAMEDI 12 janvier  
de 9h à 12h



**Thème:**  
«Le HA et le THA,  
deux énergies  
complémentaires"»

**Lieu:** Salle EQUILIBRE  
Maison des Arts Martiaux  
MEXIMIEUX

## STAGE YOGA

avec  
**Alain FAYARD  
et  
Eric FOLLIET**

**Tarifs:**  
- 30€ personne extérieure  
dont 5€ adhésion  
- 20€ adhérent (participation 5€  
de Hatha Yoga)

### Déroulement

8h30	Accueil
9h à 10h20	Yoga
	Pause
10h40 à 12h00	Yoga
	Repas pris en commun

**Date:** SAMEDI 12 janvier  
de 9h à 12h



**Thème:**  
«Le HA et le THA,  
deux énergies  
complémentaires"»

**Lieu:** Salle EQUILIBRE  
Maison des Arts Martiaux  
MEXIMIEUX

## STAGE YOGA

avec  
**Alain FAYARD  
et  
Eric FOLLIET**

**Tarifs:**  
- 30€ personne extérieure  
dont 5€ adhésion  
- 20€ adhérent (participation 5€  
de Hatha Yoga)

### Déroulement

8h30	Accueil
9h à 10h20	Yoga
	Pause
10h40 à 12h00	Yoga
	Repas pris en commun

NOM : .....

PRENOM : .....

Sera présent :  OUI  NON

Je participerai au repas , tiré du sac , pris en commun sur place :

Ci-joint le chèque de ..... Euros à l'ordre de « Hatha Yoga Meximieux ».

NOM : .....

PRENOM : .....

Sera présent :  OUI  NON

Je participerai au repas , tiré du sac , pris en commun sur place :

Ci-joint le chèque de ..... Euros à l'ordre de « Hatha Yoga Meximieux ».