



## Reprise des cours

**lundi 16 septembre**

**Lieux :**

**Bains** (salle Pélissier)

**Ceyssac** (salle de la mairie)

**Costaros** (salle des associations)

**Espaly** (MJC)

**Le Monteil** (salle polyvalente)

**Possibilité d'un premier cours  
« découverte » sans engagement**

## Coordonnées des enseignantes

**Carole Bourdenet**

**Tél : 06 62 13 34 65**

**307 Rue de la Croix  
43510 St Jean Lachalm**

**ctb4302@gmail.com**

**Frédérique Valour**

**Tél : 06 33 24 88 23 / 04 71 05 93 57**

**14, Rue de la Passerelle  
La Tarine  
43000 Ceyssac**

**frederique.valour@orange.fr**

## TARIFS 2024-2025

**Adhésion à l'association : 30 €\*  
à rajouter au montant du cours.**

**Cours 1h00 : 50€/trimestre  
Soit 150€ pour 30 cours (5€/cours)**

**Cours 1h30 : 68€/trimestre  
Soit 204€ pour 30 cours (6,80€/cours)**

**Carte d'abonnement pour 20 cours :  
20 cours d'1h00 : 120€ (6€/cours)  
20 cours d'1h30 : 162€ (8,10€/cours)**

Règlement en une fois en septembre ou trois chèques débités en septembre, janvier et avril.

**Méditation : 15€/trimestre  
Soit 45€ pour 30 cours (1,50€/cours)**

**Demi-tarif : étudiants, bénéficiaires du RSA et des ASS (sur justificatifs).**

Chèques vacances, coupons sport ANCV acceptés.

**Chèque à l'ordre : "Le temps du Yoga"  
+ Une enveloppe timbrée à votre adresse**

**\*sauf pour le cours à Espaly, 25€ de cotisation à la MJC et 5€ au Temps du Yoga**