

## Cours Hebdomadaires

Yoga Nidra avec France  
Mardi de 19h30 à 20h30  
Maison Saint Vincent à Villepreux

Hatha Yoga pour débutant avec Murielle  
Mercredi de 18h30 à 20h00  
L'Annexe à Villepreux

Tai Chi avec Michel  
Mercredi de 20h00 à 21h30  
L'Annexe à Villepreux

Vinyasa Yoga avec France  
Jeudi de 19h30 à 21h00  
Maison Saint Vincent à Villepreux

## Nos Ateliers Samedi soir à 18h30

(12 personnes maximum par atelier)

### Lieux

Salle de danse du Haut des Moulins  
Villepreux

### Qi Gong

24 énergies 2h + 5 éléments 1h  
(3h)  
avec Catherine

Septembre 25 - Octobre 16 - Novembre 13  
Décembre 11 - Mars 19 - Avril 23 - Mai 21 - Juin 25

Yoga Intégral  
Etre en lien avec 8 piliers du Yoga  
(2h)  
avec France

Octobre 02 - Novembre 27 - Janvier 08 & 22 - Février 05  
& 19 - Mars 05 - Avril 02 - Mai 14 - Juin 11 - Juillet 09

D'autres ateliers vous seront proposés tout au long de  
l'année tels que le Kundalini Yoga, le Yin Yoga,  
le Yoga Nidra

### Prix des ateliers :

1h : 17 € adhérent, 23 € non-adhérent  
2h : 25 € adhérent, 30 € non-adhérent  
3h : 35 € adhérent, 40 € non-adhérent

Inscription sur le site de l'art en main  
[www.artenmain.fr](http://www.artenmain.fr)  
ou directement au forum des associations



## Petits déjeuners Eveil du Corps Yoga Parent-enfants

(6 adultes et 6 enfants maximum par  
atelier)  
Lieux

La salle du Val à coté de la médiathèque  
Villepreux

### L'Expérience Calme et Sérénité en famille

Moments fun, de complicité entre parents-enfants  
pour un échange de pratiques autour du yoga, la  
méditation, et la bienveillance. Ainsi, les parents pourront  
se rencontrer et discuter sur leurs bonnes pratiques.  
- Enfant à partir de 4 ans jusqu'à 10 ans. -



Participation de 5 €  
(pour les adhérents)

Merci d'apporter vos créations culinaires  
et boissons à partager

### Les dimanches à partir de 9h30

Octobre 03 - Novembre 07 - Décembre 05 - Janvier 09 -  
Février 06 - Mars 06 - Avril 03 - Mai 15 - Juin 12 -  
Juillet 03

Inscription sur le site de l'art en main  
[www.artenmain.fr](http://www.artenmain.fr)  
ou directement au forum des associations



### Prix des cours

Adhésion .....	25€
1h .....	235€
1h30 .....	285€
2h .....	350€
2h30 .....	380€
3h .....	400€

TOTAL .....

Cours à l'unité : 18€/h – 25€/1h30

Paiement possible en 2 à 4 chèques maximum

(1er chèque adhésion - 2ème octobre - 3ème janvier - 4ème avril)

Remise sur les cours annuels de : 20% pour les conjoints, étudiants, et  
chômeurs (hors adhésion)

## INSCRIPTION

NOM : .....

PRENOM : .....

DATE DE NAISSANCE : .....

ADRESSE : .....

.....

TELEPHONE : .....

E-MAIL : .....

(en majuscules)

=> Yoga Nidra (France)  
Les mardis de 19h30 à 20h30 - Maison Saint Vincent à Villepreux

=> Yoga pour Débutant (Murielle)  
Mercredi de 18h30 à 20h00 - L'Annexe à Villepreux

=> Tai Chi & Qi Gong (Michel)  
Mercredi de 20h00 à 22h00 - L'Annexe à Villepreux

=> Vinyasa Yoga (France)  
Jeudi de 19h30 à 21h00 - Maison Saint Vincent à Villepreux

Ateliers : .....

Eveil du Corps Parents-enfants : .....

*Je m'engage à fournir dans le mois suivant l'adhésion un certificat médical de "Non Contre-Indication à la pratique" pour l'année où je m'inscrit + une photo.*

*J'autorise l'association à utiliser mon image (photos, vidéos) pour l'ensemble de sa communication (OUI - NON)*

*J'autorise l'Association, dans le cadre de ses activités à diffuser mon e-mail dans les mails groupés en respectant le cadre du règlement général sur la protection des données personnelles (RGPD) en vigueur depuis le 25 mai 2018 (OUI - NON)*

Fait à Villepreux, le .....

Signature :

## Inscriptions pour la nouvelle saison 2021/2022

*Merci de vous inscrire directement sur notre site ou lors du forum des Associations le samedi 4 septembre 2021 - au gymnase Alain Mimoun à Villepreux*

*Pour les inscriptions en ligne, nous vous indiquerons l'adresse pour le paiement par chèque.*

*Reprise des cours : à partir du lundi 13 septembre 2021.*

*Restrictions sanitaires  
En cas de restrictions, limitant notamment la pratique de nos activités en présentiel, les cours sont assurés en visio.  
Si nécessaire, les cours pourront se dérouler simultanément en présentiel et/ou en visio pour respecter les mesures de distanciation. Chaque participant pratique avec son tapis personnel.*

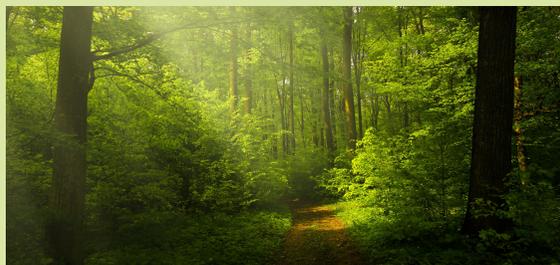
*Pour en savoir plus sur le professeur qui donne le cours qui vous intéresse : <https://artenmain.fr/#quissommesnous>*

*En cas d'interruption de nos activités pendant la saison, les cours sont assurés en visio et/ou audio.*

-----

*Que vous soyez adhérents ou non, vous pouvez participer à nos ateliers, ouverts à tous.*

*Consultez la page des ateliers de la saison 2020-2021 sur notre site Internet.*



*Coordonnées*



[www.artenmain.fr](http://www.artenmain.fr)

[artenmain@gmail.com](mailto:artenmain@gmail.com)

## L'art en Main

ASSOCIATION

TAI-CHI - YOGA VINYASA -  
KUNDALINI - YOGA NIDRA -  
YOGA DEBUTANT - ATELIERS  
DECOUVERTS POUR L'ECOUTE  
DE TON CORPS