SÉMINAIRE DE YOGA
DIRIGÉ PAR YOGI KHANE

À MACOLIN (Hauts de Bienne)

Dimanche 19 mars 2023

Yoga, entretien et régénération des articulations

Ce séminaire aura lieu dans les locaux de la Haute Ecole Fédérale des Sports à Macolin (Magglingen). Situé dans la région des Trois-Lacs, Macolin jouit par temps clair d'un magnifique panorama sur le lac de Bienne et les sommets alpins. L'accès peut se faire aisément par la route ou par le funiculaire Bienne-Macolin : l'arrivée du funiculaire est à 100 mètres de la Haute Ecole.

Horaires :
Accueil le matin : entre 9h00 et 9h30
Matin : 9h30-12h00, Pratique
Après-midi : 14h00-14h45 : Entretien ou méditation 15h00-17h00 : Pratique

Date limite d'inscription et de paiement des frais de stage : 28 février 2023

Matériel à prendre avec soi: une petite couverture et éventuellement un coussin. Des tapis de yoga seront fournis. Par mesure d'hygiène, apportez si vous le pouvez votre propre tapis ou une serviette de bains à poser sur le tapis proposé.

Frais de stage : 140 CHF
Versement sur le compte Postfinance de Human Integral Development :
Bénéficiaire :Human Integral Development et Institut, 1884 Villars-sur-Ollon, Suisse
Banque : Postfinance, Suisse. IBAN : CH66 0900 0000 9151 8464 6, BIC : POFICHEBEXXX
Ce montant ne comprend pas le repas de midi. Celui-ci est entièrement libre et doit être réglé directement sur place à la caisse du restaurant (environ 20 CHF). Il est interdit de pique-niquer dans la salle de yoga.

Hébergement
Si vous souhaitez loger sur place, merci de vous adresser directement à :
Office fédéral du sport OFSPO, Swiss Olympic House
Tél. +41 58 467 61 11 ou E-Mail : reservation@baspo.admin.ch

Précautions d'hygiène
Vous laver fréquemment les mains. Respecter une distance minimale et mettre un masque pour vous adresser à Babacar ou aux aîné(e)s présent(e)s dans la salle. Sauf nouvelles directives de l'OFSP, le port du masque ne sera pas exigé pendant les cours.

Renseignements complémentaires : Cosette Allisson : 079.270.49.78, Simone et Urbain Heuri : 078.652.33.48, Marie-Aurélie Tschanz : 078 689 98 77.

Bulletin d'inscription au stage de yoga dirigé par Yogi Khane à Macolin le 19 mars 2023

*Envoyez votre bulletin d'inscription et votre justificatif de règlement **par e-mail** à* : iiy@bluewin.ch
Ou par courrier à : Marie-Aurélie TSCHANZ, Chemin des Marnins 92, CH-2520 La Neuveville.

Je m'inscris au séminaire de yoga du 19 mars 2023 à Macolin
NOM : PRENOM :
ADRESSE :
NPA (Code Postal) : VILLE : PAYS :
N° DE TEL. (privé): Bureau : E-MAIL :
J'ai réglé les 140 CHF de ma participation au stage par virement, et pour faciliter le suivi de mon inscription, je joins une photocopie du justificatif correspondant. J'ai pris bonne note des règles de désistement suivantes, et je les accepte :
En cas de désistement après le 28 février 2023, le montant versé à l'inscription me sera remboursé après une déduction de 20.- CHF à moins que je ne trouve un(e) remplaçant(e).

DATE : ……. **SIGNATURE :** ……..

Human Integral Development Y.B. Khane,
Rte du Village 5, CH-1884 Villars-sur-Ollon
e-mail **iiy@bluewin.ch** Site web : **www.iiy-yogikhane.ch**