



**Le YOGA dans notre école – Pascale-Anne AUDRY**  
**(à partir du CP)**

▪ **Les bienfaits de la séance de Yoga pour les enfants et les jeunes**

Les bienfaits du Yoga pour les enfants et les jeunes sont actuellement indéniables tant au niveau de la concentration, de la détente, d'une meilleure estime et connaissance de soi, des rendements scolaires, de la gestion du stress et d'une meilleure qualité de vie en général...

Le Yoga étant aussi un art de vivre, c'est au quotidien que nous recevons tous ces bienfaits!

**Le yoga à Ste Mathilde,**

Les séances de yoga seront proposées aux enfants de Sainte Mathilde, les vendredis à 16h, dès fin septembre 2016 et seront dispensées sur 30 séances, tout au long de l'année.

Les enfants se rendront aux séances de yoga munis d'une serviette de toilette, et vêtus d'habits souples tel le jogging.

**Tarif : 240 € pour l'année**

✂.....

Monsieur ou Madame.....

Parent de l'enfant.....

Classe (septembre 2017).....

Souhaite inscrire mon enfant au yoga,

le vendredi à 16h

ou

- Je joins un chèque de 240 € (encaissé en septembre) en règlement de l'activité pour 30 séances.
- Je joins 3 chèques de 80 € (encaissés en septembre/janvier/avril) en règlement de l'activité pour 30 séances. (chèque(s)) à l'ordre de : Sainte-Mathilde, à remettre sous enveloppe à Mmes GSELL ou ROUGET)

Signature :