



## 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 de 12h15 à 13h15 tout au long de l'année scolaire.

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 2020) .....

souhaite inscrire mon enfant à l'atelier **yoga** le vendredi de 12h15 à 13h15

Je règle par carte bleue sur école directe en 3 fois le 30/09, le 31/01, le 30/04/2021

Par prélèvement automatique avec la facture annuelle **uniquement pour les familles en prélèvement**

Toute inscription est définitive.

Signature :