

Fiche d'inscription

ATELIER à thème du

**Samedi 29 novembre 2025 –
YOGA**

**La respiration et le contrôle du souffle
vers le calme intérieur**

« Souffle & Vibration »

Lieu : Place Sextia Conca, le Pont de l'Arc, 13090 Aix en Provence

Nom :Prénom :

N° de tel :Mail :

Date de naissance :

s'inscrit à l'atelier du 29 novembre 2025

Fiche de renseignements :

⚙ J'ai déjà pratiqué le yoga → OUI NON

si oui, quel sorte de yoga ? combien de temps ?

⚙ J'ai déjà pratiqué le chant de mantra → OUI NON

si oui, dans quel contexte ?

⚙ J'ai déjà pratiqué la méditation → OUI NON

si oui, quel sorte de méditation ? A quelle fréquence ?

le novembre 2025 à

signature

partie à conserver :

la séance aura lieu au 1^{er} étage du bâtiment scolaire situé derrière la mairie annexe du Pont de l'Arc

la somme de 30 € sera réglée sur place avant la séance.

(soit en espèce, soit par chèque à l'ordre de « Souffle et Vibration »)

Infos pratiques :

- Venir en tenues souples
- Apporter un plaid
- Apporter un tapis de sol si vous avez.

N'hésitez pas à me contacter si vous avez besoin de compléments d'information.

Chaleureusement

Eric

www.souffleetvibration.com ou par tel : 06 21 36 53 92

ou par mail : ericfolliet@hotmail.fr