

Nouveau - Bien être - Vitalité - Relaxation -

Zen Dô-In



Facile et à la portée de tous, discipline corporelle et respiratoire japonaise tonique et relaxante.

L'association **S.E.V.E.** propose à **Restinclières** du Zen Dô-In, technique de Bien-être et de Prévention naturelle pour prendre soin de soi, pour améliorer et entretenir sa forme physique et mentale (circulation, digestion, immunité, souplesse musculaire et articulaire, douleurs du dos, fatigue, stress, déprime, insomnies...), pour apprendre à soulager les petits maux quotidiens et saisonniers.

Cours collectifs (**Maison Pour Tous Les Arbousiers, Salle Zen**) - Tarif annuel 240 euros (30 séances 1h30/semaine) + adhésion association 15 euros. Paiement possible en 3 ou 4 mensualités.

Lundi 18h45-20h15

Mardi 10h15-11h45

Vendredi 14h15-15h45

Séances animées par Marianne Roso diplômée et certifiée par la FFST (Fédération Française de Shiatsu Traditionnel)

Contact 06.28.32.42.64 seve34160@gmail.com

Inscription possible toute l'année



S.E.V.E.

Soutenir et Equilibrer la Vitalité Energétique

Fiche d'inscription saison 2018-2019

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone fixe :

Téléphone Portable :

Courriel :

Situation professionnelle :

Autres activités corporelles et respiratoires pratiquées :

Adhésion annuelle 2018-2019 association S.E.V.E. = 15 euros + cotisation annuelle 30 séances de 1h30 = 240 euros. Je choisis le paiement en :

- 1 seule fois soit 255^e (15^e + 240^e)
- 3 fois (95^e / Sept + 80^e / Nov + 80^e / Janv)
- 4 fois (75^e / Sept + 60^e / Nov + 60^e / Janv + 60^e / Mars)

Association SEVE (loi 1901) – 8 route de Beaulieu 34160 Restinclières
Tél : 06.28.32.42.64 seve34160@gmail.com

