



Fiche d'adhésion Enfant - 2017/2018

Adhésion annuelle à l'association : 5€

Obligatoire - Valable jusqu'à la fin de l'été 2018.

Samedi mensuel YOGI-YOGA : Jeux de Yoga tous âges (idéal 4-6 ans)

De 11h15 à 12h15, un samedi par mois (en général le 1er), salle de danse de l'école de musique. Début le 7 octobre.
Le parent est encouragé à rester (et à participer, gratuitement), surtout si l'enfant a moins de 4 ans.

Abonnement aux 9 séances de l'année : 45€ soit 5€ par séance.

La venue ponctuelle, pour un tarif de 7€, ne sera possible que si un groupe suffisant s'inscrit en début d'année.

Supports : Exercices de motricité et d'expression empruntés au yoga, à la danse, et aux jeux en général pour développer la conscience de son corps (tension/relaxation, postures, étirements, immobilité), de ses émotions, ressentis, respiration, ainsi qu'une meilleure conscience des sons (sa voix, les vibrations, le silence, les rythmes, le chant). Cette pratique et l'état d'esprit de travail favorisent l'épanouissement de chacun dans la confiance et l'écoute, améliorent la qualité du sommeil et la capacité de concentration de l'enfant. Pour les adultes qui participent, c'est aussi l'occasion de se ressourcer en passant un bon moment d'insouciance dans la joie du jeu.

Il n'est pas nécessaire d'amener un tapis de sol, juste des vêtements confortables (éviter jupe, collant, bijoux)

Jeudi hebdomadaire YOGA COMME LES GRANDS :

De 17h15 à 18h15 au premier étage de la Maison des Jeunes, pour les enfants d'environ 7 à 12 ans.

Abonnement aux 25 séances de l'année : 125€

L'enfant aura besoin d'amener un tapis de sol, une couverture, un cahier, une trousse.

Supports : Les mêmes supports sont utilisés mais avec davantage de structure et d'exigence dans la gestion du temps et des exercices physiques. Les enfants mettent en place un cahier avec leurs exercices ou chants préférés pour reproduire à la maison, et nous prenons souvent le temps de dessiner. Les astuces yogiques pour aller toujours le mieux possible dans son corps, sa tête et son cœur sont approfondies, avec des thèmes qui nous guident comme « la créativité », « la confiance en soi », « l'harmonie », « les émotions »,... L'enseignante suit chaque élève dans ses besoins et demandes particulières, et les enfants développent aussi une belle complicité et bienveillance entre eux.

Total :

A régler par chèque à l'ordre de Satanama

Prénom/Prénom : **Date de naissance :** / /

Adresse : **Code postal/Ville :**

PARENT : Nom/Prénom

Téléphone (portable si possible) : **Courriel :**@.....

Il vous appartient de veiller à l'adéquation de la pratique avec l'état de santé de l'enfant et de souscrire à une assurance responsabilité civile. Une attention particulière sera portée à l'envie personnelle de l'enfant de participer à l'activité.

A **Le** / /

Signature :