

Bulletin d'inscription

A retourner avec un chèque
à l'ordre d'EVEIL à :

Yannick Quenet

16, rue Jean-Jacques Rousseau
34 000 Montpellier

Nom

Prénom

Adresse

Tél Email

*Un entretien personnel
est demandé avant l'inscription.*

Je m'inscris à la journée (cocher la case)

- ☐ du 29 août 2026
☐ du 30 août 2026

et verse la somme de (cocher la case)

- ☐ 60 € pour 1 journée (frais de salle inclus)
☐ 110 € pour 2 journées (frais de salle inclus)

Je prendrai les repas du : (13,5€/repas)

- ☐ Vendredi soir ☐ Samedi midi
☐ Samedi soir ☐ Dimanche midi

Et verse 13,5x..... =€ (a l'ordre d'EVEIL)

Remboursement si désistement 1 mois à
l'avance.

Fait à Le

Signature :

Yoga massage à Teyran

**29 et 30 août
2026**



**Avec
Nicole LAHOZ
06 73 60 91 65
et Mlle Yannick
QUENET
06 67 89 57 39**

Pratique du Yoga
Relaxation, Respiration,
Postures et Méditation.

Massage détente
Utilisation de différentes
techniques.

Hébergement possible dans un
des gîtes de Teyran

Nuits du 28/08 et 29/08
80€ par nuit en chambre
individuelle

40€ par nuit en chambre à 2

Mas du pont de Teyran
<https://www.mas-du-pont.com>
Tél : 06 01 19 05 99

Il est préférable de réserver au
plus tôt

Horaires

9h15 – 10h45 Yoga
11h – 13h Massage

16h – 17h Massage
17h – 18h Yoga

Lieu

MJC de Teyran
160 rue des Sports
34820 Teyran

Prix

Enseignement :

50€/jour/personne ou 90€/2 jours

Frais de salle :

10€/jour/personne

Repas Végétarien 13€50 par repas
Régimes particuliers à nous signaler

Intervenantes

Nicole LAHOZ

Relaxologue, Educatrice sportive,
diplômée en massage (ARTEC 2004)

<http://yinyangrelax.unblog.fr/>



Mlle Yannick QUENET

Professeur de yoga,
diplômée de la F.N.E.Y,

www.yannick-quenet.com