

Bulletin d'inscription au week-end de formation FFHY Occitanie 9-10 décembre 2023

Bulletin à renvoyer avant le 30 novembre

Lieu : Centre Avéa - Chemin de la Falaise – 11100 Narbonne Plage

Horaires : du samedi 10h00 à dimanche 12h30 (détail dans le programme joint)

NOM : _____ **Prénom :** _____

Adresse : _____

Tel : _____ **Mail :** _____

Je souhaite une attestation de paiement : _____ oui _____ non

notez ci-dessous le nom et l'adresse à laquelle elle doit être établie :

.....
.....

Vous êtes : Professeur ou auditeur libre

- Adhérent FFHY 2023-2024 num d'adhérent :
- Non adhérent FFHY : Pour adhérer : www.ffhy.eu

FORMATION :

Tarifs :	Adhérent	Non-adhérent
Week-end entier	80 €	100 €
Samedi	50 €	65 €
Dimanche	30 €	35 €
1 conférence	15 €*	15 €*
Séance yoga (tarif horaire)	12 €/h*	12€/h*

- * À régler sur place

Total Formation :

HEBERGEMENT :

Hébergement en pension complète (du samedi midi, au petit-déjeuner dimanche matin) **draps et serviettes non fournis.**

Tarifs :

- Pension complète en Chambre individuelle : 79 €
- Pension complète en Chambre double : 69 € avec Nom.....Prénom
- Pension complète en Chambre partagée (jusqu'à 5 personnes) 59 €
- Supplément draps : 6 €

Autres tarifs (pour les personnes ne participant au week-end entier) :

- Repas 15 € quel service :
- Petit déjeuner 6€

Total hébergement : €

Pour les repas sélectionnez : **Viande** **Poisson** **Végétarien**

MERCI DE NOUS FAIRE CONNAITRE SI VOUS AVEZ DES ALLERGIES ALIMENTAIRES :

Pour les personnes qui souhaitent se restaurer sur place dimanche midi : 2 options réserver un repas à l'inscription ou accès à l'espace Tramontane pour faire votre repas en gestion libre (frigo, plaque de cuisson, vaisselle).

Modalités d'inscription par courrier :

Envoyez avant le 30 novembre, le bulletin d'inscription rempli avec vos 2 chèques à l'ordre de FFHY Occitanie. (1 chèque pour la formation et 1 chèque pour l'hébergement)

CHEQUE N° et CHEQUE N°.....

Adresse d'envoi : Françoise DAVID, intendance FFHY Occitanie - 10 rue Maurice Ravel - 31180 CASTELMAUROU

Modalités d'inscription par mail :

Envoyez avant le 30 novembre, ce bulletin d'inscription rempli en format pdf à : intendance.occitanie@ffhy.eu

Réglez par 2 virements (pédagogie et hébergement) en indiquant :

NOM Prénom PEDA WE NOV et NOM Prénom HBG NOV

IBAN : FR76 3000 3030 8500 0372 6008 660

Annulation : Pour toute annulation après le 4 décembre, l'hébergement restera dû pour payer l'hébergeur.

Autorisation d'utilisation de l'image d'une personne

Je soussigné(e)

Autorise l'antenne-relais Occitanie de la Fédération Française de Hatha Yoga (FFHY) à utiliser et diffuser à titre gratuit et non exclusif des photographies me représentant, réalisées au cours de l'année 2023 ainsi qu'à exploiter ces clichés, en partie ou en totalité, à des fins de communication ou de publicité.

Les photographies susmentionnées sont notamment susceptibles d'être reproduites sur les supports suivants (liste non exhaustive) :

- Publication dans une revue, ouvrage ou journal
- Diffusion sur le site web de l'antenne ou de la fédération (FFHY)
- Diffusion sur les réseaux sociaux de l'antenne ou de la fédération (FFHY)

En conséquence de quoi, je ne pourrai prétendre à aucune rémunération pour l'exploitation des photos ou films que l'antenne-relais Occitanie de la FFHY utilisera.

Je garantis ne pas être lié par un contrat exclusif relatif à l'utilisation de mon image ou de mon nom.

Fait à

le

Signature

WE DE FORMATION FFHY OCCITANIE 9 et 10 décembre 2023

LES POSTURES PLAT DOS/ ROTATION

SAMEDI 9 DECEMBRE

9H30/9H55 **ACCUEIL**

10H00/10H30 **ASSISE / MANTRA D'INTRODUCTION** Nadine Thurios /Stéphane Behra

10H30/11H30 **LE GENOU** Pierre Jamet (kinésithérapeute)

11H30/ 12H30 **TC2 Visionnage LE MAHABARATHA et LA BHAGAVAD GITA**

Vidéo conférence enregistrée par la FFHY Marc Ballanfat

12H45/14H00 **REPAS**

14H00/16H00 **ATELIER DE TECHNIQUE POSTURALE** Martine René & Pierre Jamet

ZOOM SUR PAVANA MUKTA ASANA, INTRODUCTION SUR MAKARA ASANA

PAUSE

16H15/17H45 **PRATIQUE POSTURALE** Stéphane Behra

PAUSE

18H00/18H45 **PRANAYAMA NADI SHODANA** Nadine Thurios

19H00/19H20 **Remise du dossier évaluation 1er et 2ième année** Nadine Thurios / Stéphane Behra

REPAS

20H30/21H00 **CHANT/MANTRA** Nadine Thurios/ Martine René/ Stéphane Behra

DIMANCHE 10 DECEMBRE

6H30/8H00 **SEANCE TRADITIONNELLE** Nadine Thurios

PETIT DEJEUNER

9H30/10H30 **LA CELLULE** Pierre Jamet Kinésithérapeute

PAUSE

10H35/11H35 **FIN DU VISIONNAGE DU MAHABARATHA ET DE LA BAGAVAD GITA** Marc Ballanfat

11H35/12H15 **RETOUR SUR LE VISIONNAGE GRAND GROUPE**

12H15/12H30 **FIN DE WE ASSISE MANTRA** Nadine Thurios/ Stéphane Behra

Association loi 1901, déclarée à la préfecture de Police sous le n°W751014265.

Déclaration d'activité enregistrée par la DREETS sous le n°11 75 44664 75.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

SIRET : 30214866300255 - Code NAF : 8559B

FFHY adhère à « les acteurs de la compétence ».

Certification Qualiopi N°2211_CN_03797 - V.2.

Nadine Thurios Tel : 06.61.12.47.04 direction.occitanie@ffhy.eu