



Rentrée 2023

ATELIER YOGA. SOPHRO. PILATES

Encadré par Elsa DROUET

Les **MERCREDIS** de 19h à 20h30 au
Dojo haut à **YTRAC**

Avec le Centre Socioculturel « A la Croisée des Autres »

3, Rue Pierre de Coubertin 15130 YTRAC ☎ 04 71 46 83 00 – accueil@csalacroiseedesautres.fr



Semaine « Portes Ouvertes » du 3 au 15 Septembre 2023 :
Venez essayer tous nos ateliers gratuitement ! Inscription possible à la fin de chaque atelier.
Nous sommes présents sur le forum de la vie associative à Ytrac

TARIFS ANNUELS YOGA SOPHRO PILATES ADULTES 2023-2024

Atelier basé sur l'écoute et la connaissance de soi et de son corps, pour un **bien être physique et mental**.
 Sans esprit de compétition, sans jugement, chacun à son rythme, l'objectif est de se faire du bien sur bien
 des plans, **se laisser guider pour lâcher prise dans une atmosphère détendue et bienveillante**,
 sans oublier la bonne humeur et d'humour..

Certificat médical en cours de validité OBLIGATOIRE !

Les actions du centre socioculturel sont ouvertes aux ADHERENTS

(adhésion à renouveler en septembre 2023) : Adhésion individuelle 5.50€ / Adhésion familiale 11€

QUOTIENTS FAMILIAUX		1 <427	2 428-518	3 518-660	4 661-1045	5 1045-1397	6 1398-1833	7 1834-2202	8 > 2203
% des aides CCAS pour les Ytracois		60%	50%	40%	30%	0%	0%	0%	0%
YOGA- PILATES- SOPHRO	TARIF EXTERIEUR	145€	150€	155€	160€	165€	170€	175€	180€
	TARIF COMMUNES PART	140€	145€	150€	155€	160€	165€	170€	175€
	AIDE CCAS YTRAC	84€	72,5€	60€	46,5€	0€	0€	0€	0€
	TARIF YTRAC CCAS DEDUIT	56€	72.5€	90€	102.5€	160€	165€	170€	175€

↳ Possibilité de payer par Chèques Vacances et/ou de payer en plusieurs fois.