



**Ensemble nous avançons, un pas et puis un autre dans la lumière de qui nous sommes.**

**Retraite Yoga et Shinrin Yoku, 21 au 23 avril 2023**

Nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Code postal: \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_ Courriel: \_\_\_\_\_

Chambre	Frais	Cochez	Animation	Sous-total	Total avec TX
<b>Chambre occupation double</b> (salle de bain partagée)	250\$		100\$	350\$	402,41\$
<b>Chambre occupation double</b> (salle de bain privée)	270\$		100\$	370\$	425,41
<b>Chambre occupation simple</b> (salle de bain partagée)	310\$		100\$	410\$	471,4
<b>Chambre occupation simple</b> (salle de bain privée)	330\$		100\$	430\$	494,39

Taxes: TPS 820836302 RT 001 TVQ 1033169775 TQ 001

Le coût du séjour comprend les services suivants :

- L'hébergement + les repas végétariens (vendredi souper au dimanche midi)
- L'accès à la piscine intérieure et L'accès au sauna sur demande
- L'accès aux différents sites du terrain incluant 7 km de sentiers
- Animation des activités : Shinrin Yoku, Yoga, Méditation....

2 versements ou 1 seul par virement

1<sup>er</sup> : 115\$ maintenant avec votre inscription à [om@viayoga.ca](mailto:om@viayoga.ca) **Question : Pour ? Réponse : retraite**

2<sup>ème</sup> montant par virement à [om@viayoga.ca](mailto:om@viayoga.ca) **Question : Pour ? Réponse : retraite**

Je soussigné(e), \_\_\_\_\_ (inscrire votre nom), comprends que le yoga et la marche incluent des mouvements physiques qui offre la possibilité d'assurer la détente, une meilleure adaptation au stress et le soulagement des tensions musculaires. Comme dans toute activité physique, le risque de se blesser est toujours présent et ne peut être entièrement éliminé. Si je ressens un malaise ou une douleur, je m'engage à écouter les signaux de mon corps, à respirer et à modifier ma posture et je demanderai de l'aide à l'enseignant. J'affirme être pleinement responsable de ma décision de pratiquer ces activités.

\_\_\_\_\_

Signature du participant (e)

Date