



Patricia LAURETTA
Professeure de Yoga
Instructrice certifiée MISA/MISP
Facebook Patricia Bien-être NC



Ateliers massage parents-enfants

82.37.03

Ridet : 1 307 149.003

Activités proposées aux Enfants

	Durant les vacances scolaires (grandes et petites)	En dehors des vacances scolaires			
TITRE	« Je m'exprime avec mon corps »	« L'instant des enfants »	« Mercredi MISA » (http://www.misa-france.fr)	« Mercredis Pédagogiques bonheur »	SPECIAL ESPACE MEMBRE
QU'EST-CE QUE C'EST ?	Vacances ludiques autour de 4 ateliers : *Danse intuitive spontanée) *Initiation au yoga, à la méditation et à la relaxation ; *Activités manuelles et artistiques *Séance d'automassage	Initiation au yoga, à la méditation et à la relaxation ; . (Pratiques qui améliorent son attention, son sens de l'équilibre et sa concentration)	*Apprentissage de la « Routine » MISP : (Programme de Massage à l'Ecole) 15 mouvements qui se pratiquent sur les vêtements, le dos, la tête, les bras et les mains ; *(Obtention d'un diplôme en fin de stage)	Vacances ludiques autour de 4 ateliers : *Danse intuitive spontanée) *Initiation au yoga, à la méditation et à la relaxation ; *Activités manuelles et artistiques *Séance d'automassage	: FORFAIT de 10 000F POUR LE MOIS Comprenant : *2 séances du Mercredi après midi : (MERCREDI MISA) Et *4 séances du Samedi après-midi (L'INSTANT DES ENFANTS)
QUAND ?	du Lundi au Vendredi inclus	Le Samedi	Le Mercredi	Les Mercredis pédagogiques	Le Mercredi Et Le Samedi
A QUELLE HEURE ?	de 13.00 à 16.00	de 14.45 à 15.45	de 14.00 à 15.00	de 7.45 à 11.15	Mercredi 14.00/15.00 Samedi 14.45 / 15.45
COMBIEN ?	<i>Tarif par Enfant et par Sessions :</i> * pour 1 jour 3 500 F *2 jours : 5 500 F * 4 jours : 8 000 F * 5 jours : 9 800 F * 8 jours : 12 000 F * 9 jours : 13 000 F * 10 jours : 14 000 F	<i>Tarif par Enfant :</i> *2 500 F la séance 8 000 F pour 4 séances Tarifs intéressants et dégressifs pour 2 enfants ou plus	<i>Tarif par Enfant :</i> *2 500 F la séance *8 000 F pour les 4 séances Tarifs intéressants et dégressifs pour 2 enfants ou plus	<i>*Tarif par Enfant :</i> *3 850 fr la séance *dégressif pour 2 enfants ou plus.	TARIF :MEMBRE ENFANT Pour un Enfant <u>FORFAIT de</u> 10 000F POUR LE MOIS
<i>Pour en savoir plus ou pour tous renseignements :</i> CONTACTEZ PATRICIA : au 823 703 // par mail : patriciabienetre.nc@gmail.com					



Patricia LAURETTA
 Professeure de Yoga
 Instructrice certifiée MISA/MISP
 Facebook Patricia Bien-être NC



Ateliers massage parents-enfants

82.37.03

Ridet : 1 307 149.003

Activités proposées aux Familles

		En dehors des vacances scolaires	
TITRE	« ATELIER DECOUVERTE MASSAGE EN FAMILLE » (MISA)	« DETENTE EN FAMILLE» ACTIVITES BIEN ÊTRE	REMARQUES
QU'EST-CE QUE C'EST ?	*Apprentissage de la « Routine » MISP : (Programme de Massage à l'Ecole) 15 mouvements aux noms rigolos („la promenade de l'ours,,) qui se pratiquent sur les vêtements, le dos, la tête, les bras et les mains ; *(Obtention d'un diplôme en fin de stage)	Initiation au yoga, à la méditation et à la relaxation ; . Par une approche ludique, (Pratiques qui améliorent son attention, son sens de l'équilibre et sa concentration)	
POUR QUI ?	*Pour les enfants de 4 à 12 ans, accompagnés d'un parent	Un Adulte accompagné d'un Enfant de 5 à 12 ans	
QUAND ?	Le Samedi : Sessions de 4 Samedis consécutifs :	Le Mardi ou le Jeudi	
A QUELLE HEURE ?	de 16.00 à 17.00	de 16.00 à 17.00	
COMBIEN ? *Tarif pour 1 Enfant Et 1 Adulte	5 000 F pour 1 atelier 10 000 F pour les 4 ateliers	5 000 F pour 1 séance 13 000 F pour les 4 séances	
*Tarifs intéressants et dégressifs pour les adultes et / ou les enfants supplémentaires			
*Pour en savoir plus ou pour tous renseignements : CONTACTEZ PATRICIA : au 823 703 // par mail : patriciabienetre.nc@gmail.com			



Patricia LAURETTA
Professeure de Yoga
Instructrice certifiée MISA/MISP
Facebook Patricia Bien-être NC



Ateliers massage parents-enfants

82.37.03

Ridet : 1 307 149.003

Activités proposées aux Adultes

HATHA YOGA			
PATRICIA propose des cours de yoga qui suivent la méthode du Dr. BALI de Montréal : (http://Youtu.be/ilag_5Yh-8c) Ce yoga doux aide à apprivoiser son mental et à mieux gérer son stress. Il s'agit de « Réveiller sa pharmacie intérieure pour rester jeune, gai-rire et sourire à la vie.			
Où et QUAND ?	*A L'Anse - Vata	* JEUDI de 18 h 00 à 19 h 30 (En fonction du nombre de personnes)	
	*A Magenta Plage	*LUNDI : 17h30 - 19h00 *MERCREDI : 09h00 – 10h30 * VENDREDI : 18h00 – 19h30	
TARIF DES COURS			
		Pour 1 Personne	Pour un Couple
*A la Séance		2 000 frs pour 1 cours	3 500 frs pour 1 cours
*Au Mois	1 cours/semaine	7 800 frs	10 000 frs
	2 cours/semaine	9 850 frs	14 000 frs
	Cours illimités/semaine	12 000 frs	20 000 frs
*Cours Particulier	A la Séance	6 000 frs	8 000 frs
	Au Mois		
	1 cours/semaine	18 000 frs	25 000
	2 cours/semaine	22 000 frs	30 000 frs
	Cours illimités/semaine	30 000 frs	50 000 frs
*A La Demande :	CARTE NOMADE :		
	• 4 cours valables 2 mois :	7 000 frs	
	• 10 cours valables 3 mois	16 000 frs	
AUTRES ACTIVITES :			
	Titre :	Stage : « Par une femme, pour les femmes » -	Atelier à thème
	Quoi ?	Je célèbre ma Féminité autour de l'œuf de Yoni :	Atelier à thème : A travers le Yoga, la Méditation, l'Ecriture, la Musique, le Rythme, le Massage ou l'Auto-massage,
	Quand ?	*Le Dimanche – de 09.00 à 12.00 : durant 3 dimanches consécutifs :	*Le Dimanche -de 09.00 à 12.00 : Le dernier Dimanche du mois :
	Combien ?	*Au Tarif de 15 000 frs (pour les 3 dimanches)	*Au Tarif de 10 000 frs (Dans un groupe) *Au Tarif de 15 000 frs (Pour un cours particulier)
POUR TOUS :			
Une REDUCTION de 10 % vous attend à BERNIC SPORT sur tous les articles de la marques « BODDY BAMBOO », tenues de* yoga et autres .			
*Pour en savoir plus ou pour tous renseignements : CONTACTEZ PATRICIA : au 823 703 // par mail : patriciabienetre.nc@gmail.com			