

YOGA

Hiver 2012

Ce cours s'adresse aux personnes qui désirent progresser dans l'aspect plus méditatif du Yoga à travers une pratique de postures d'intensité douce à moyenne. Une attention particulière est portée à l'approfondissement du souffle dans la pratique pour l'apaisement du mental. Dans une démarche d'ouverture et d'accueil de soi, nous explorerons diverses techniques de méditation dont particulièrement celle dite de la « pleine conscience ».

ACTIVITÉ	CODE LUDIK	GR	HORAIRE	LOCAL	DÉBUT-FIN/DURÉE	COÛT (\$) Taxes incluses			REMARQUES
						EM	M	NM	
NIVEAU 2									
Modéré méditatif	09 860 09	01	Lu 16h à 17h30	0310	16 janv.-26 mars / 10 séances	77	90	130	2-5
		02	Me 17h30 à 19h	0310	18 janv.-28 mars / 10 séances	77	90	130	2-5

2. Préalable : avoir suivi le cours "initiation régulier" ou l'équivalent
 5. Il n'y a pas de cours pendant la semaine de lecture du 5 au 10 mars

EM: Étudiant membre. Tous les étudiants inscrits à 12 crédits de cours à l'UL sont automatiquement membres du PEPS.
M : Membre du PEPS
NM : Non membre du PEPS

Responsable : Carolle Leclerc
Information : Nadine.Duperron@sas.ulaval.ca/418 656-2131 poste 6033
Inscriptions : 656-PEPS

Saviez-vous que le PEPS vous offre le service de location de panier à vêtements à faible coût? Pour en savoir plus, consultez le www.peps.ulaval.ca

Prolongez les heures gratuites de stationnement en vous procurant une vignette. Informez-vous au comptoir d'accueil ou au www.peps.ulaval.ca pour en savoir plus.

REMBOURSEMENT

Le remboursement d'un abonnement, d'un cours ou d'une activité est consenti seulement pour l'une des deux raisons suivantes :

- 1) un problème de santé validé avec un billet médical;
- 2) un conflit d'horaire académique ou un changement imprévu de la situation professionnelle, appuyés par des documents officiels, et ce, pendant la session en cours seulement.

Note : Des frais d'administration de 10 % seront retenus sur le montant remboursé jusqu'à concurrence de 20 \$. Le client devra aussi assumer le paiement du temps encouru à son abonnement ou à son cours.

AVIS

Changement de groupe

Après l'inscription, le changement permanent de groupe est possible sans pénalité, si l'autre groupe visé n'est pas complet ET s'il s'avère nécessaire à la suite d'un conflit d'horaire académique ou d'un changement imprévu de la situation professionnelle.

REPRISES

Les cours annulés en raison d'événements incontrôlables (ex : tempête, panne électrique) NE SONT ni repris et ni remboursés. Informez-vous auprès de votre moniteur de cours. Il en est de même si le participant devait s'absenter pour un ou plusieurs cours.