

Activités 2026-2027 au 04/09/2026 (Planning susceptible d'être modifié)

MARDI	MERCREDI		VENDREDI		SAMEDI 1 à 2 fois/mois
10h30-11h30 MÉDITATION ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 06/10 CLAIX	9h-10h SOPHROLOGIE ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 30/09 10 Allée du Pleynet CLAIX	10h-11h MÉDITATION ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 30/09 Centrazen, 11 av Maquis de l'Oisans, PONT-DE-CLAIX			9h30-10h30 ÉMOTIONS & MÉDITATION PARENTS - ENFANTS 6-8 ans et 9-11 ans 6 séances Dates à fixer 11h-12h MÉDITATION 8 séances SOPHROLOGIE 8 séances ADULTES, ADOS Dates à fixer
			12h30-13h30 SOPHROLOGIE ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 02/10 10 Allée du Pleynet CLAIX	12h30-13h30 MÉDITATION ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 09/10 Salle UNRPA, 1 Allée du souvenir français, CLAIX	
	15h30-16h30 SOPHROLOGIE ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 30/09 10 Allée du Pleynet CLAIX				
	18h30-19h30 SOPHROLOGIE ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 30/09 10 Allée du Pleynet CLAIX	18h30-19h30 MÉDITATION ADULTES, ADOS 15 séances, tous les 15 j 1er cours : 07/10 Centrazen, 11 av Maquis de l'Oisans, PONT-DE-CLAIX			

Séances d'essai gratuites Samedi 19/09/26

SOPHROLOGIE 10h-11h avec Christine HASTOY-ANDRIEUX + **MÉDITATION** 11h-12h avec Émilie VIVO

À la Salle UNRPA, 1 Allée du Souvenir français à Claix

Inscriptions par téléphone au 07 49 83 95 39 ou par mail à lacledubienetre.asso@gmail.com

TARIFS 2026-2027		Solidaire QF<900	Interm. 900<QF<1250	Plein QF >1250
EN SEMAINE				
SOPHROLOGIE MÉDITATION adultes, ados 1h	10 séances	70 €	110 €	140 €
	15 séances	90 €	150 €	180 €
	30 séances	150 €	230 €	300 €
	A l'unité * sans adhésion	9 €	14 €	18 €
LE SAMEDI				
ÉMOTIONS & MÉDITATION Parents-enfants 1h en duo	6 séances	60 €	90 €	120 €
SOPHROLOGIE et/ou MÉDITATION adultes, ados 1h	8 séances	60 €	90 €	120 €
	16 séances	120 €	180 €	240 €
	A l'unité sans adhésion	10 €	15 €	20 €
+ ADHÉSION 6€				

TARIFS pour le 2 ^{ème} inscrit et +		Solidaire QF<900	Interm. 900<QF<1250	Plein QF >1250
EN SEMAINE				
SOPHROLOGIE MÉDITATION adultes, ados 1h	10 séances	55 €	95 €	125 €
	15 séances	75 €	135 €	165 €
	30 séances	135 €	215 €	285 €
	A l'unité * sans adhésion	9 €	14 €	18 €
- 5€ sur les 3 premières séances				
LE SAMEDI				
SOPHROLOGIE et/ou MÉDITATION adultes, ados 1h	8 séances	45 €	75 €	105 €
	16 séances	90 €	150 €	210 €
	A l'unité sans adhésion	10 €	15 €	20 €
- 5€ sur les 3 premières séances				

*Dans la limite des places disponibles et en cohérence avec l'avancée du groupe.

Tarification au quotient familial :

Fournir l'attestation CAF ou votre dernier avis d'imposition.

Calcul du QF à partir de l'avis d'imposition : Revenu fiscal de référence/12/nb de parts.

Règlement possible par espèces, chèque ou virement. Paiement en 3 fois (oct/janv/mars) uniquement par chèque.



Site web <https://sites.google.com/view/assolacledubienetre>

Page FB <https://www.facebook.com/lacledubienetre.asso>