

## Atelier de Do-In (yoga japonais) Association Mahogani 56 (2026-2027)

Animatrice Do-In : Perrine Vincent (certifiée par la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel)  
06 51 22 80 56 / mahogani.gacilly@gmail.com / [www.shiatsu-perrine.fr](http://www.shiatsu-perrine.fr)

Les ateliers de Do-In auront lieu à la Gacilly de 9h30 à 12h30 :

Thèmes	Date
Ete - Feu	Mercredi 08/07/26
Stress	Mercredi 26/08/26
Automne - Métal	Mercredi 16/09/26
Fatigue	Mercredi 14/10/26
Hiver - Eau	Mercredi 11/11/26 (férié)
Mal de dos	Mercredi 09/12/26
Intersaison - Terre	Mercredi 13/01/27
Sommeil	Mercredi 10/02/27
Printemps - Bois	Mercredi 10/03/27
Douleurs	Mercredi 07/04/27
Ete - Feu	Mercredi 19/05/27
Stress	Mercredi 16/06/27

**Matériel à prévoir** : tenue souple, coussin (méditation ou autre), tapis de sol, couverture, gourde.

..... ✂ .....

Prénom : ..... Nom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : ..... Code postal et commune : .....

E-mail : ..... Tel : .....

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> J'adhère à l'association Mahogani 56           | <input type="checkbox"/> 15 €         |
| <input type="checkbox"/> Je m'inscris à ..... atelier(s) de Do-In       | <input type="checkbox"/> ..... x 33 € |
| <input type="checkbox"/> Je m'inscris à 5 ateliers de Do-In sur l'année | <input type="checkbox"/> 155 €        |
| <input type="checkbox"/> Je m'inscris à 10 ateliers de Do-In            | <input type="checkbox"/> 300 €        |

### Choix du ou des ateliers :

- |  |                           |
|--|---------------------------|
| <input type="checkbox"/> Do-In d' <b>été - Feu</b>           | Mercredi 08/07/26         |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>Stress</b>                 | Mercredi 26/08/26         |
| <input type="checkbox"/> Do-In d' <b>Automne - Métal</b>     | Mercredi 16/09/26         |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>Fatigue</b>                | Mercredi 14/10/26         |
| <input type="checkbox"/> Do-In d' <b>Hiver - Eau</b>         | Mercredi 11/11/26 (férié) |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>Mal de dos</b>             | Mercredi 09/12/26         |
| <input type="checkbox"/> Do-In d' <b>Intersaison - Terre</b> | Mercredi 13/01/27         |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>sommeil</b>                | Mercredi 10/02/27         |
| <input type="checkbox"/> Do-In de <b>Printemps - Bois</b>    | Mercredi 10/03/27         |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>douleurs</b>               | Mercredi 07/04/27         |
| <input type="checkbox"/> Do-In d' <b>été - Feu</b>           | Mercredi 19/05/27         |
| <input type="checkbox"/> Do-In <b>Stress</b>                 | Mercredi 16/06/27         |

Au moment de mon inscription, je règle la somme totale due : ..... €

- En espèces : .....
- Avec 1 chèque de .....
- Avec 3 chèques de ..... (encaissements : septembre, décembre, mars)
- Par virement :

En vous inscrivant à l'une des journées de Do In, vous devenez automatiquement membre de l'association la « Mahogani 56 ». Votre e-mail sera transmis à l'association et vous recevrez les informations concernant ses activités.

Date et signature :