



Horaires cours collectifs de Yoga

Reprise des cours, le lundi 7 sept 2020

Des cours de grande qualité, 30 Années d'expériences dans l'enseignement des cours collectifs et individuels

- **Durée : 1H15, Tarif en fonction des forfaits : 11 € le cours, Limité à 12 personnes par cours (protection covid 19)**
« Cours d'essai offert »

HORAIRES DES COURS COLLECTIFS 2020 - 2021 du 07/09/20 au 25/06/21

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9 h 00 / 10 h 15 Yoga Tous Niveaux (Christian)	Cours Individuels	8 h 30 / 9 h 45 Yoga Tous Niveaux (Christian)	Cours Individuels	Cours Individuels	JOURNÉES « Le Kriya-Yoga, le Yoga de l'Action » Pratique et philosophique De 9h00 à 12h00 et de 14h30 à 17h30 (Christian) Une fois par mois
15 h 00 / 16 h 30 Yoga Tous Niveaux (Christian)	15 h 00 / 16 h 15 Yoga Thérapeutique Soins physiques et psychiques (Christian)	15 h 00 / 16 h 00 Yoga Enfants (Christian)	Cours Individuels	Cours Individuels	
17 h 30 / 18 h 45 Yoga Niveau 1 Débutants Mouvement et respiration (Christian)	18 h 30 / 19 h 45 Yoga Niveau 1 Débutants Mouvement et respiration (Christian)	16 h00 / 17h00 Yoga Adolescents (Christian)	18 h 15 / 19 h 30 Yoga Niveaux 2 Intermédiaire Mouvement, Respiration et intériorité (Christian)	Cours Individuels	DIMANCHE JOURNÉES « Yoga Randonnée en montagne »
18 h 45 / 20 h 00 Yoga Niveau 2 Intermédiaire Mouvement, respiration et intériorité (Christian)	20 H 00/ 21 H 15 Yoga Niveau 3 Confirmés Respiration et Méditation (Christian)	18 h 15 / 19 h 15 Yoga des Jeunes Jeunes, Étudiants (Christian)	19 h 45 / 21 h 00 Yoga Niveau 1 Débutants Mouvement et respiration (Christian)	Cours Individuels	Une journée de détente, entre amis et familles, en pleine nature. Accompagnée du Yoga. (Christian) Une fois par mois GRATUIT