



Horaires Cours

Collectifs de Yoga 2021/2022

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**

Nombre de personnes limité « Cours d'essai offert »

REPRISE DES COURS LE LUNDI 6 SEPTEMBRE 2021

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|--|---|--|--|----------------------|---|
| 9h00 / 10h15 Yoga Tous Niveaux | 9h30 / 10h45 Yoga Niveau 1 et 2 | 8h30 / 9h45 Yoga Tous Niveaux | 7h15 / 8h30 Yoga Niveau 2 et 3 | Cours Individuels | JOURNÉES « Le Kriya- Yoga, le Yoga de l'Action » |
| 15h00 / 16h15 Yoga Tous Niveaux | 15h00 / 16h15 Yoga Pratiques légères | 15h00 / 16h00 Yoga Enfants | 12h20 / 13h30 Yoga Tous Niveaux | Cours Individuels | Pratique et philosophique De 9h00 à 12h00 et de 14h30 à 17h30 Une fois par mois |
| 17h30 / 18h45 Yoga Niveau 1 et 2 | 18h30 / 19h45 Yoga Niveau 1 et 2 | 16 h00 / 17h00 Yoga Adolescents Et Jeunes | 18h15 / 19h30 Yoga Niveau 2 et 3 | Cours Individuels | DIMANCHE JOURNÉES « Yoga Randonnée en montagne » |
| 18h45 / 20h00 Yoga Niveau 2 et 3 | 20h00 / 21h15 Yoga Niveau 2 et 3 | Cours individuels | 19h30 / 20h45 Yoga Niveau 1 et 2 | Cours Individuels | Une journée de détente, entre amis et familles, en pleine nature. Une fois par mois GRATUIT |