

La maison du Yoga



# Horaires et jours

## 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	9h30/ 10h45 Yoga Tous Niveaux (Mélanie)	JOURNÉES « Le Kriya- Yoga, le Yoga de l'Action »  Pratique et philosophique De 9h00 à 12h00 Et de 14h30 à 17h30  Une fois par mois
15h0 / 16h15 Yoga Tous Niveaux	15h00 /16h15 Yoga Pratiques légères	15h00 / 16h00 Yoga Enfants	12h20 / 13h30 Yoga Tous Niveaux (Christian/Mélanie)	12h20/13h30 Yoga Niveaux 1 (Mélanie)	
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	17h30/18h45 Yoga Tous Niveaux (Christian/Elodie)	DIMANCHE  JOURNÉES « Yoga Randonnée en montagne »  Une journée de détente, entre amis et familles, en pleine nature.  Une fois par mois GRATUIT
18h45/ 20h00 Yoga Niveau 2 et 3 (Christian/Johann)	20h00 /21h15 Yoga Niveau 2 et 3	18h30 /19h45 Yoga Niveau 1 (Anne-Sophie)	19h30 / 20h45 Yoga Niveau 1 et 2	18h45/20h00 Yoga Tous Niveaux (Christian/Elodie)	

Enseignement : Christian DOLLET 06 73 40 75 52 [dolletchristian@gmail.com](mailto:dolletchristian@gmail.com)

site : [www.yoga-stages-sante.fr](http://www.yoga-stages-sante.fr)