



Les chemins du Yoga

Planning du studio 2024 - 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30/10H45 Hatha Yoga tonique Ana				9H15/10H15 Stretching postural Côté Cours - Sylvie	9H /10H15 Hatha Yoga tonique Ana	ATELIERS (programme sur le site)
11H /12H15 Hatha Yoga doux Ana		11H /12H15 Hatha Yoga tonique Ana		10H45/11H45 Mvts & Postures Côté Cours – Sylvie	10H30 /11H45 Vinyasa Ana	
12H30/13H30 Ashtanga Ana	12H30/13H30 Pilates Laurence				12H/13H Consultation magnétisme Claudine	
15H / 16H Consultation magnétisme Claudine		14H/16H15 Consultations ayurvédiques Ana	13H30/18H15 Consultations ayurvédiques Ana		CONSULTATIONS AYURVEDIQUES & ATELIERS (programme sur le site)	
16H15/17H45 Consultations ayurvédiques Ana	16H45 / 17H45 Consultation magnétisme Claudine	16H30/17H30 Yogis Kids 7/11ans Marie				
18H/19H15 Hatha Yoga Ana		18H30 / 19H45 Hatha Yoga Ana	18H30/ 19H45 Ashtanga Ana			
19H30/20H30 Méditation Ariane & Alain	19H15 / 20H15 Pilates Côté Cours- Vanessa	20H/ 21H15 Vinyasa Ana	20H / 21H15 Hatha Yoga détente Ana			

	<i>Côté Cours</i> 06 61 41 33 71		<i>Marie</i> 06 82 25 83 16		<i>Ariane 06 75 38 57 43</i> <i>Alain 06 50 66 46 31</i>
	<i>Claudine</i> 06 51 44 88 42		<i>Les chemins du Yoga</i> 06 76 97 35 68		<i>Ana (consultations ayurvédiques)</i> 06 76 97 35 68

- Des inscriptions tout au long de l'année. 42 semaines de cours/an.
- Matériel à disposition au studio (tapis, coussins, briques, sangles, ...).
- Cours d'essai à 12 euros et offre découverte de trois cours différents à 30 euros.
- Différentes formules (abonnement à un même cours tout au long de l'année ou pour plus de liberté des cartes de 10, 25 et 35 cours)
- Des intervenants passionnés et diplômés.
- Sur le site à la rubrique "disciplines" vous trouverez un petit guide pour vous aider à choisir votre cours.
- Nous acceptons les Chèques Vacances et les Coupons Sports
- Le studio est ouvert du 2 septembre 2024 au 27 juillet 2025 et une partie des petites vacances scolaires
- Les consultations de magnétisme et ayurvédiques ont lieu sur rendez-vous et d'autres créneaux sont disponibles.

Pour plus de renseignements contacter les professeurs ou consulter le site du studio : les-chemins-du-yoga.fr