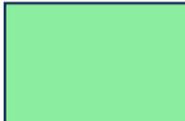




Les chemins du Yoga

Planning du studio 2023 - 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30/10H45 Hatha Yoga tonique Ana	9H30/10H30 Pilates Côté Cours - Sylvie	10H/10H45 Sophrologie duo Cassandra	9H30/10H30 De Gasquet Côté Cours - Sophie	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 Ent. complet Côté Cours - Sophie	10H45/11H45 Mvts & Postures Côté Cours - Sylvie	10H30 /11H45 Vinyasa Ana	
12H30/13H30 Ashtanga Ana	12H30/13H30 Pilates Laurence		12H30/13H30 Stretching postural Magali		12H/13H Consultation magnétisme Claudine	
15H/16H Consultation magnétisme Claudine		14H/16H15 Consultations ayurvédiques Ana			ATELIERS & CONSULTATIONS AYURVEDIQUES (programme sur le site)	
16H15/18H Consultations ayurvédiques Ana	17H/18H Consultation magnétisme Claudine	16H30/17H30 Yogis Kids 7/11ans Marie	15H/18H15 Consultations ayurvédiques Ana	16H/18H15 Consultations ayurvédiques Ana		
18H15/19H15 Stretching postural Côté Cours - Sylvie	18H30/19H45 Hatha Yoga Ana	18H30/19H45 Hatha Yoga Ana	18H30/19H45 Ashtanga Ana			
19H30/20H30 Méditation Ariane & Alain	20H/21H15 Vinyasa Ana	20H/21H Yin Yoga 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>Magali</i> 06 59 84 74 53
	<i>Claudine</i> 07 67 15 54 36		<i>Les chemins du Yoga</i> 06 76 97 35 68		<i>Ana (consultations ayurvédiques)</i> 06 76 97 35 68		<i>Cassandra</i> 06 14 31 46 24

- 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 (cartes de 10, 25 et 35 cours)
- Vous pouvez assister à un même cours tout au long de l'année ou changer d'une semaine sur l'autre.
- Des intervenants passionnés
- 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 4 septembre 2023 au 27 juillet 2024 et une partie des petites vacances scolaires
- Les consultations de magnétisme et ayurvédiques ont lieu sur rendez-vous.

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