



# Les chemins du Yoga Planning 2022 - 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					9H /10H15 HATHA YOGA ANA	
10H/11H15 HATHA YOGA TONIQUE ANA		9H30/10H45 HATHA YOGA PATIS Respirations, postures et marche. ANA			10H30 /11H45 VINYASA ANA	
	11H15/12H15 HATHA YOGA DOUX ANA					
12H30/13H30 ASHTANGA YOGA ANA	12H30/13H30 PILATES* LAURENCE	12H30/13H30 HATHA YOGA TONIQUE ANA				
13H45/14H45 YOGA PRENATAL ANA	13H45/14H45 VINYASA* LAURENCE					
	15H/16H YOGA POSTNATAL ANA	15H/16H YOGA ENFANTS de 7 à 11 ANS** MARGOT				
		16H15/17H15 YOGA ENFANTS de 3 à 6 ANS** MARGOT				
18H30 / 19H45 HATHA YOGA ANA	18H30 /19H45 ASHTANGA ANA	18H30 / 19H45 HATHA YOGA ANA	18H30/ 19H30 HORMONAL ANA			
	20H / 21H15 VINYASA ANA	20H/ 21H YIN ANA	19H45 / 21H HATHA YOGA DETENTE ANA			

\* Les cours de Pilates et Vinyasa débuteront le 13 septembre

\*\* Les cours de yoga pour enfant avec Margot débuteront le 14 septembre

- Des inscriptions tout au long de l'année
- Cours en petits groupes
- Matériel à disposition au studio (tapis, coussins, briques, sangles, ...)
- Cours d'essai à 12 euros
- Offre découverte de trois cours différents à 30 euros
- Des cartes de 10 à 35 cours valable un an sur tous les cours de même durée.
- Vous pouvez assister à un même cours tout au long de l'année ou changer d'une semaine sur l'autre en vous inscrivant sur le site
- 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 1er septembre 2022 au 16 juillet 2023 et une partie des petites vacances scolaires

*Pour plus de renseignements contacter Ana au 06 76 97 35 68 ou consulter le site du studio : [les-chemins-du-yoga.fr](http://les-chemins-du-yoga.fr)*