



# Les chemins du Yoga

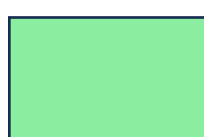
## Planning du studio 2023 -

## 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30/10H45 Hatha Yoga tonique <b>Ana</b>	9H30/10H30 Pilates <b>Côté Cours - Sylvie</b>		9H30/10H30 De Gasquet <b>Côté Cours - Sophie</b>	9H15/10H15 Stretching postural <b>Côté Cours - Sylvie</b>	9H /10H15 Hatha yoga tonique <b>Ana</b>	ATELIERS (programme sur le site)
11H /12H15 Hatha Yoga doux <b>Ana</b>		11H /12H15 Hatha Yoga tonique <b>Ana</b>	10H45/11H45 Ent. complet <b>Côté Cours - Sophie</b>	10H45/11H45 Mvts & Postures <b>Côté Cours - Sylvie</b>	10H30 /11H45 Vinyasa <b>Ana</b>	
12H30/13H30 Ashtanga <b>Ana</b>	12H30/13H30 Pilates <b>Laurence</b>	12H30/13H30 Vinyasa <b>Ana</b>	12H30/13H30 Stretching postural <b>Magali</b>		12H30/13H30 Consultation magnétisme <b>Claudine</b>	
15H / 16H Consultation magnétisme <b>Claudine</b>		15H30/16H15 Minis Yogis 4/6 ans <b>Marie</b>				
	17H / 18H Consultation magnétisme <b>Claudine</b>	16H30/17H30 Yogis Kids 7/11ans <b>Marie</b>				
18H15/19H15 Stretching postural <b>Côté Cours - Sylvie</b>	18H30 /19H45 Hatha Yoga <b>Ana</b>	18H30 / 19H45 Hatha Yoga <b>Ana</b>	18H30/ 19H45 Ashtanga <b>Ana</b>			
19H30/20H30 Méditation <b>Ariane &amp; Alain</b>	20H / 21H15 Vinyasa <b>Ana</b>	20H/ 21H Yin Yoga <b>Ana</b>	20H / 21H15 Hatha Yoga détente <b>Ana</b>			



*Côté Cours*  
06 61 41 33 71



*Marie*  
06 82 25 83 16



*Ariane 06 75 38 57 43*  
*Alain 06 50 66 46 31*



*Magali*  
06 59 84 74 53



*Claudine*  
06 51 44 88 42



*Les chemins du Yoga*  
06 76 97 35 68

- Des inscriptions tout au long de l'année. 42 semaines de cours.
- 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

*Pour plus de renseignements contacter les professeurs ou consulter le site du studio : [les-chemins-du-yoga.fr](http://les-chemins-du-yoga.fr)*