



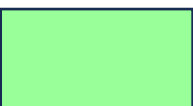
Les chemins du Yoga

Planning prévisionnel 2026 - 2027

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	9H15/10H15 STRETCHING POSTURAL COTE COURS SYLVIE			9H15/10H15 STRETCHING POSTURAL COTE COURS SYLVIE	9H15/10H15 YOGA HORMONAL ANA	
11H/12H15 HATHA YOGA DOUX ANA		11H /12H15 HATHA YOGA TONIQUE ANA		11H/12H MVTS & POSTURES COTE COURS SYLVIE	10H30/11H45 VINYASA ANA	10H30/11H45 HATHA YOGA ANA
12H30/13H30 ASHTANGA ANA	12H30/13H30 PILATES LAURENCE	12H30/13H30 HATHA YOGA REMFORCEMENT MUSCULAIRE - ANA			ATELIERS (programme sur le site) et Consultations ayurvédiques, soins marma, soins de phonathérapie & thérapies par des tracés sonores (TST©)	ATELIERS (programme sur le site)
Consultations ayurvédiques, soins de phonathérapie & TST© & soin marma	Consultations ayurvédiques, soins de phonathérapie & TST© & soin marma	Consultations ayurvédiques, soins de phonathérapie & TST© & soin marma				
18H/19H15 HATHA YOGA ANA	18H/19H YOGA HORMONAL ANA	18H15/19H15 PILATES/ STRETCHING POSTURAL COTE COURS SYLVIE	18H30/19H45 ASHTANGA YOGA ANA	Consultations ayurvédiques, soins de phonathérapie & TST© & soin marma		
19H30/20H30 PILATES COTE COURS VANESSA	19H15/20H15 PILATES COTE COURS VANESSA	19H30/ 20H30 BAIN DE SONS DEBORAH	20H / 21H15 VINYASA ANA	19H/20H MEDITATION ALAIN & ARIANE		



Côté Cours
06 61 41 33 71



Déborah
06 14 52 68 68



Ariane & Alain
06 75 38 57 43



Les chemins du Yoga
06 76 97 35 68



Consultation ayurvédiques
& soins énergétique
Ana 06 76 97 35 68

Informations concernant les cours proposés par l’association les chemins du yoga :

- Inscriptions tout au long de l’année.
- Matériel à disposition au studio (tapis, coussins, briques, sangles, ...).
- Cours d’essai à 12 euros.
- Offre découverte de trois cours différents à 30 euros.
- Cartes de 10, 25 et 35 cours. Valables de 6 à 12 mois à partir de la date d’achat.
- Vous pouvez assister à un même cours tout au long de l’année ou vous inscrire sur le site suivant votre planning et vos envies.
- 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 31 août 2026 au 31 juillet 2027 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