

SEANCES de YOGA



2025 - 2026



SEANCES HEBDOMADAIRES

BROQUIES - Salle sous la mairie

Mardi 10h30-11h45

Reprise des séances le 2 septembre

ATELIERS MENSUELS

LE TRUEL - Salle de gym

Un samedi par mois, atelier de 1h45

Dates/programme : me contacter



Contact/Infos:

Clémence

07.61.46.67.59

ATELIERS MENSUELS DE YOGA

2025-2026

Accompagner son corps au fil des saisons



AUTOMNE

Ralentissement & tranquillité

27/09 - 18/10 - 15/11



HIVER

Repos & conservation

13/12 - 17/01 - 14/02



PRINTEMPS

Renouveau & vitalité

14/03 - 11/04 - 16/05



ETE

Expansion & joie

13/06

Salle de gym du Truel - 10h à 12h - Tarif : 15€

Inscriptions: Clémence 07.61.46.67.59