# SEANCES de YOGA



2025 - 2026



### SEANCES HEBDOMADAIRES

BROQUIES - Salle sous la mairie Mardi 10h30-11h45 Reprise des séances le 2 septembre

#### ATELIERS MENSUELS

<u>LE TRUEL</u> - 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

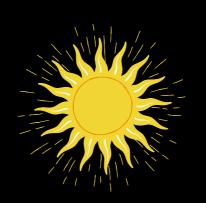
13/12 - 17/01 - 14/02



#### 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