

PORTES OUVERTES

9 et 10 septembre 2023

COURS GRATUITS

Promotions sur les inscriptions

Mode d'emploi

- **sans réservation**, dans la limite des places (25 participants maximum par cours)
- **arriver 10-15 minutes AVANT** le cours choisi
- **les cours sont conçus pour débutants** - les yogis plus expérimentés sont bienvenus aussi 😊
- **ne pas enchaîner deux cours**, sauf s'il y a de la place



PROGRAMME DES COURS

SAMEDI 09 SEPTEMBRE

9h-10h	MÉDITATION Pamela
10h15-11h15	VINYASA Ariane
11h30-12h30	YOGA DOUX Pamela
	[PAUSE]
14h-15h	HATHA Derwinn
15h15-16h15	VINYASA Derwinn
16h30-17h30	YOGA DOUX Catherine
17h45-18h45	HATHA Elodie

DIMANCHE 10 SEPTEMBRE

9h-10h	MÉDITATION Pamela
10h15-11h15	HATHA FLOW Pamela
11h30-12h30	VINYASA Ariane
	[PAUSE]
14h30-15h30	HATHA Sophie
15h45 – 16h45	YIN YOGA SONORE Alisonne
17h-18h	VINYASA Grégory
18h15-19h15	HATHA Aloÿs