



2022-2023	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
matinée	<i>réservés séances à domicile</i>			11h15 - 12h30 hatha yoga		Ateliers thématiques (demandez le programme!)
midi						
après-midi				17h30 - 18h45 hatha yoga		
soirée				19h - 19h30 (*) assise silencieuse ou yoga nidra		

(*) à partir de novembre, en fonction de la demande