

# Yoga pour tous

PLANNING  
2022 - 2023

MARDI

MERCREDI

JEUDI

**10H00 - 11H00**  
ENFANTS  
Yoga  
Alexandra

**12H00 - 13H30**  
KUNDALINI Yoga  
tous niveaux  
Virginie

**12H30 - 13H30**  
YOGA DE GASQUET  
tous niveaux  
Johana

YOGA ET  
MEDITATION

**17H30 - 18H45**  
HATHA YOGA  
débutants  
Claire

**17H15 - 18H30**  
HATHA YOGA  
tous niveaux  
Claire

**ATELIER  
MENSUEL**  
Les vendredis

Nathalie

**19H00 - 20H15**  
HATHA YOGA  
tous niveaux  
Claire

**18H30 - 19H45**  
YIN YOGA  
tous niveaux  
Alexandra