

PLANNING DES COURS DE YOGA - sept 2022 / juin 2023

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h30			7h30 - 8h00 HATHA YOGA sur ZOOM Pierre				
8h00							
8h30							
9h00							
9h30							
10h00						ATELIERS PONCTUELS :	
10h30						HATHA YOGA (Audrey ou Pierre)	
11h00							
11h30							
12h00							
12h30							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30							
15h00							
15h30			15h30 - 16h30 YOGA et RELAXATION Tous niveaux Pierre				
16h00							
16h30	16h45 - 17h45 YOGA et RELAXATION Tous niveaux Pierre						
17h00			17h00 - 18h15 HATHA YOGA Tous Niveaux Pierre				
17h30							
18h00	18h15 - 19h30 HATHA YOGA Tous Niveaux Pierre	18h00 - 19h00 HATHA-YOGA doux Tous Niveaux Audrey	18h30 - 19h45 HATHA YOGA Tous Niveaux Pierre	18h15 - 19h30 HATHA YOGA doux Tous niveaux Valérie		POUR CONTACTER LES ENSEIGNANTS :	
18h30						HATHA YOGA Pierre : 06.07.27.98.42	
19h00							
19h30	19h45 - 21h00 HATHA YOGA Tous Niveaux Pierre	19h15 - 20h15 YIN YOGA Tous Niveaux Audrey		19h45 - 21h00 HATHA YOGA doux Tous niveaux Valérie		HATHA et YIN YOGA Audrey : 06 83 27 37 16	
20h00							
20h30						YOGA Valérie : 06 95 23 41 44	
21h00							
21h30							
22h00					21h30 - 22h30 MEDITATION sur ZOOM Pierre		

Plus d'informations sur le site www.amiens-yoga.com