

# Association Picarde de Hatha Yoga

## *Proposition d'ateliers à Amiens*

**SALLE DE YOGA**  
**Centre Commercial André Chénier**  
**Le samedi de 9h30 à 12h30**

**7 décembre - Isabelle**  
« Le corps énergétique et les chakras »

**18 janvier - Isabelle**  
« Le cœur et le sens du toucher »

**8 février - Pierre**  
« gestion du stress »

**21 mars - Isabelle**  
« Les yeux et les pratiques oculaires »

**25 avril - Isabelle**  
« Eveiller l'énergie »

**30 mai - Isabelle**  
« Démarrer une pratique personnelle »

*Ouvert à tout pratiquant de yoga (Places limitées,  
merci de téléphoner avant de vous présenter)  
20 euros adhérents A.P.H.Y. et 35 euros extérieurs*

**Isabelle CAROF 06 81 03 15 35**  
**Pierre DELHAYE 06 07 27 98 42**

**[www.yogapicardie.com](http://www.yogapicardie.com)**