

STAGES

AVRIL

SAMEDI 6 : 9.30 à 12.30

Tête et cou : alignement et observation du mental.
Sophie Caracostantis. 40€ (30€ tr)

SAMEDI 13 : 9.30 à 12.30

4ème chakra et approfondissement des extensions
arrières.
Jérôme Briaux. 40€ (30€ tr)

SAMEDI 27 : 9.30 à 12.30

Postures arrières : pratique en duo/trio.
à partir de 2 années de yoga
Sophie Manent. 40€ (30€ tr)

MAI

SAMEDI 4 : 9.30 à 12.30

Le ventre source du souffle.
Dominique Séchet. 40€ (30€ tr)

PROCHAINES DATES, À VENIR...
Mises à jour régulières



Renseignements et inscriptions : yogahuit@free.fr
ou directement auprès de l'enseignant