

JUILLET 2025

LES COURS

Tarif : 15 € le cours

MERCREDI 2 ET 9 JUILLET

- **10.00 - 11.30** : Sophie Caraconstantis
-à partir d'une année de pratique-

JEUDI 3 ET 10 JUILLET

- **12h - 13.30** : Dominique Séchet
-à partir de trois années de pratique-

JEUDI 3, 10, ET 17 JUILLET

- **18.00 - 19.30** : Sophie Manent *-bases 2 (intermédiaire)-*
- **20.00 - 21.15** : Sophie Manent *-bases 1(débutant)-*

LES STAGES

DU 12 AU 14 JUILLET

avec Sophie Caraconstantis
**Asanas, pranayama,
ateliers**

DU 21 AU 23 JUILLET

avec Dominique Séchet
**Asanas, pranayama,
ateliers**

Informations complémentaires dans les fiches d'inscriptions
de chaque stage.



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