

STAGES

MARS

SAMEDI 21 : 9.30 - 12.30

Pratique avec les cordes | *1 an de yoga requis*
Sophie Caraconstantis

SAMEDI 28 : 14.00 - 17.00

Exploration des postures inversées | *1 an de yoga requis*
Sophie Manent

AVRIL

DIMANCHE 12 : 14.00 - 17.00

Pratique générale (*précisions à venir*)
Karl Marcillac

SAMEDI 18 : 9.30 - 12.30

Extensions arrière & 4ème chakra | *tous niveaux*
Jérôme Briaux

MAI

SAMEDI 9 : 9.30 - 12.30 ET/OU 14.30-17.30

Pratique générale (*inscription à toute la journée ou uniquement la matinée/l'après-midi*)
Dominique Séchet

SAMEDI 23 : 9.30 - 12.30

Pratique générale (*précisions à venir*)
Sophie Caraconstantis

TARIF POUR UN STAGE : 40 € (30 € TARIF RÉDUIT)



Renseignements & inscription : yogahuit@free.fr
ou directement auprès de l'enseignant.e