

YOGA COURS d'été 2026 à AZAS (31380) au 625 Route de Lavour						
JUILLET				AOÛT		
	*Séances méditation	Séances Hatha Yoga			*Séances méditation	Séances Hatha Yoga
Lundi 06 Juillet	18H45			Lundi 10 Août	18H45	
Mardi 07 Juillet		18H45		Mardi 11 août		18H45
Mercredi 15 Juillet	18h45			Lundi 24 août	18H45	
Jeudi 16 Juillet		18H45		Mardi 25 août		18H45
Lundi 20 Juillet	18H45			Lundi 31 août	18H45	
Mardi 21 Juillet		18H45		Mardi 01 sept		18H45
Lundi 27 Juillet	18H45					
Mardi 28 Juillet		18H45				

La durée des séances est 1H . Les séances de méditation seront adaptées au groupe et pourront contenir éventuellement quelques postures de préparation à l'assise ainsi que des échanges autour de la méditation.

Tarif : 15€ la séance ou carte de 4 séances à 50€

Pour l'organisation de ces séances, je vous remercie de penser à vous inscrire au 06 99 85 46 95 ou par mail à « yogat23@gmail.com »

