

## Cours collectifs YOGA 2022-2023

	Lundi	Jeudi	Vendredi
Septembre	12 - 19 - 26	15 - 22- *	16 - 23 -*
Octobre	3- 10 - 17	6 - 13 - 20	7 - 14 - 21
Novembre	7 - 14 - 21 - 28	10 - 17 - 24	18 - 25
Décembre	5 - 12	1 - 8 - 15	2 - 9 - 16
Janvier	9 - 16 - 23 - 30	5 - 12 - 19 - 26	6 - 13 - 20 - 27
Février	6 - 13	2 - 9 - 16	3 - 10 - 17
Mars	6 - 13 - 20 - 27	9 - 16 - 23 - 30	10 - 17 - 24 - 31
Avril	3 - 17	6 - 13 - 20	7 - 14 - 21
Mai	15 - 22	11 - 25	12 - 26
Juin	5 - 12 - 19 - 26	1 - 8 - 15	2 - 9 - 16 - 23
	30	30	30

30 séances annuelles

Cours sur le calendrier scolaire zone C

Hors ponts, jours fériés et vac scol.

\*Attention pas de cours

jeudi 29 et vend. 30 sept.

## Retraite YOGA semaine Magny

1 - 6 novembre 2022 Energies  
16 - 21 mai 2023 Créativité

## Atelier respiration du samedi

15 oct.- 19 nov. - 10 déc. - 14 janv.  
4 fév. -11 mars - 1er avr. - 13 mai - 10 juin

## Week-end YOGA / AYURVEDA à Tessé

17-19 mars 2023 Yoga - Ayurvéda

## Atelier Ayurveda du lundi

17 oct - 21 nov - 19 déc  
16 janv. 20 fév. - 17 avril - 15 mai