

## Cours collectifs YOGA 2023-2024

## Planning prévisionnel

	Lundi	Jeudi	Vendredi
Septembre	11 - 18 - 25	14 - 21 - 28	15 - 22 - 29
Octobre	2- 9 - 16	5 - 12 - 19	6 - 13 - 20
Novembre	6 - 13 - 20 - 27	9 - 16 - 23 - 30	10 - 17 - 24
Décembre	4 - 11 - 18	7 - 14 - 21	1 - 8 - 15 - 22
Janvier	8 - 15 - 22 - 29	11 - 18 - 25	12 - 19 - 26
Février	5 - 26	1- 8- 29	2- 9
Mars	4 - 11 - 18 - 25	7 - 14 - 21 - 28	1- 8 - 15 - 22 - 29
Avril	22 - 29	4 - 25	5 - 26
Mai	6 - 13 - 27	2 - 16 - 23 - 30	3 - 17 - 24 - 31
Juin	3 - 6- 17 - 24	6 - 13 - 20	7 - 14 - 21
	30	30	30

Minimum 30 séances annuelles  
Sur le calendrier scolaire zone C

\*Pas de cours du 28 janvier au 25 février

## Retraite YOGA semaine Magny

*Grand Parc arboré - Grande salle - chambre individuel possible*

31 oct - 5 novembre 2023

Energies en mouvement

17 - 22 mai 2024

Créativité

## STAGES au Moulin de Tésé 45' de Paris

*Petit groupe - salle en parquet - jardin avec piscine - chambre partagé*

8-10 mars 2024

Yoga - Ayurvéda

8 - 12 mai 2024

Yoga-Mudra-Mantra