



INITIATION

ASHTANGA SÉRIE.01

SAMEDI

30 /05



DIMANCHE

31 /05



PROGRAMME

09H45 - 10H00

ACCUEIL

10H00 - 11H30

PRATIQUE GUIDÉE

/ DEBOUT

/ AU SOL

11H45 - 12H00

FIN DE PRATIQUE

/ INVERSION

/ RELAXATION FINALE

À PARTIR DE 12H00

TEMPS D'ÉCHANGE

/ AUTOUR D'UN

MOMENT DE PARTAGE

INFOS & RÉSA

CONTACT

DORINE

06 66 40 04 61

yoga.des.petites.roches

@gmail.com

TARIF

40€ /

PERSONNE



Yoga
des Petites
Roches



• On récolte ce que l'on s'aime •



PROGRAMME

18H15 - 18H30

ACCUEIL

/ SALLE FÉLIX JOURDAN
SAINT-HILAIRE DU TOUVET

18H30 - 19H45

PRATIQUE

/ YIN
/ BAIN SONORE
/ RELAXATION FINALE

19H45 - 20H00

TEMPS D'ÉCHANGE

/ AUTOUR D'UN
MOMENT DE PARTAGE

INFOS & RÉSA

CONTACT

DORINE

06 66 40 04 61
yoga.des.petites.roches
@gmail.com

TARIF

**30€ /
PERSONNE**

SAMEDI

06 /06

18H30
- 20H00

**FÉLIX-
JOURDAN**
SAINT-HILAIRE
DU TOUVET

ATELIER

YIN
AU MUR



Yoga
des Petites
Roches