

INFORMATIONS



SAVERNE Espace yoga



Début le mardi 15 septembre 2020



DURÉE : 01:30

Prix : **248.00 €**

PROFILS : Professeur diplômé en Yoga Thérapie

PRE REQUIS :

En cas de pathologie spéciale, un certificat médical de non interdiction à la pratique du yoga est demandé. Il n'y a pas d'âge pour commencer ou poursuivre le yoga.

MATERIEL :

Une tenue légère souple, ni trop serrée, ni trop ample. Les tapis pour la pratique sont sur place.

Apportez un plaid ou couverture pour la relaxation/méditation.

CODE ACTIVITÉ : 5SA388

DESCRIPTION

En dehors des modes du moment, venez pratiquer un yoga accessible à toutes et tous, pour plus de sérénité, de souplesse et de bien-être.

Le yoga est une pratique douce, sans aucune compétition ni challenge. Chacun fait ce qui lui est possible selon sa morphologie, sans forcer ni se faire mal.

Au fur et à mesure des cours, vous trouverez ou retrouverez la souplesse de vos articulations et de vos muscles.

Le respect total du corps est la règle.

Pour le bon déroulement des cours, les inscriptions se terminent fin septembre.

OBJECTIFS

Retrouver la sérénité, la souplesse et le bien-être en respectant son corps.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	15-09-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	22-09-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	29-09-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	06-10-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	13-10-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	03-11-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	10-11-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	17-11-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	24-11-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	01-12-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	08-12-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	15-12-2020	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	05-01-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	12-01-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	19-01-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	26-01-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	02-02-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	09-02-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	16-02-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	09-03-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	16-03-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	23-03-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	30-03-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	06-04-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	13-04-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	20-04-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	11-05-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	18-05-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	25-05-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE
Mardi	01-06-2021	18:00	01:30	Espace yoga, 17 rue de la Côte - 67700 SAVERNE