

YOGA

2025 - 2026

LUNDI

10H30 - 11H45
HATHA DYNAMIQUE
QUARTIER BANCHAIS

18H30 - 19H45
HATHA DYNAMIQUE
À HOME

20H - 21H15
HATHA
À HOME

MARDI

17H30 - 18H30
COURS AVEC L'USAC
(LOUIS GAIN)
INSCRIPTION À L'ANNÉE

19H - 20H HATHA
GLG (STE GEMMES SUR LOIRE)
INSCRIPTION À L'ANNÉE

MERCREDI

1 MERCREDI PAR MOIS
DE 20H À 22H

LES RESTAURATIFS :
YOGA RESTAURATIF,
YIN & YOGA NIDRA

JEUDI

12H45 - 13H45
COURS AVEC L'USAC
(CNP)
INSCRIPTION À L'ANNÉE

17H30 - 18H30
COURS AVEC L'USAC
(QUATUOR ÉBLÉ)
INSCRIPTION À L'ANNÉE

19H30 - 20H45
HATHA
CORNÉ FIT'DANSE
INSCRIPTION À L'ANNÉE

VENDREDI

9H30 - 10H45
HATHA
CORNÉ FIT'DANSE
INSCRIPTION À L'ANNÉE

12H30 - 13H45
HATHA
QUARTIER BANCHAIS

17H45 - 18H45 HATHA
BAUNÉ
INSCRIPTION À L'ANNÉE

19H00 - 20H15
HATHA
CORNÉ FIT'DANSE
INSCRIPTION À L'ANNÉE

SAMEDI



RETROUVEZ -
MOI AUX
SECRETS
D'ANGERS !

DIMANCHE

14H30 - 17H30
1 DIMANCHE
APRÈS-MIDI
PAR MOIS :
"YOGA BREAK"
(ATELIER YOGA
JOYEUX ET
EXPÉRIMENTAL)

RETRAITES DE YOGA À LA TAMBOURINERIE EN VENDÉE

- Week-end yoga du 10 au 12 octobre 2025
- Week-end yoga du 16 au 18 janvier 2026

Retrouvez les infos des différents cours
en cliquant sur le cours qui vous
intéresse ! Pour plus d'infos contactez
moi au 0744842717