

# NOUVEAUX HORAIRES ADAPTES POUR CHACUN

LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
12h15 – 13h15 <b>Hatha</b>	12h15 – 13h15 <b>Hatha</b>	9h30 – 10h30 <b>Hatha doux – yin</b>	9h30 – 10h30 <b>Hatha doux – yin</b>	<b>9h30 – 10h30 les:</b> 20.8 – Sarah, 27.8 – Emilda, 10.9 – Amélie, 1-10 – Cornelia, 8 .10 – Amélie, 29 .10 – Sarah, 5.11 – Emilda, 19.11 – Amélie, 26.11 – Cornelia, 10.12 – Cornelia
18h30 – 19h30 <b>Hatha</b>	14h15 – 15h15 <b>Postnatal</b>	12h15 – 13h15 <b>Hatha doux – yin</b>	12h15 – 13h15 <b>Hatha doux-yin</b>	
19h45 – 20h45 <b>Hatha</b>	17h15 – 18h15 <b>Yoga et handicap</b>	18h30 – 19h30 <b>Hatha</b>		<b>Ateliers les: 3.09:</b> <b>Yin et</b> <b>acupuncture –</b> <b>Accueillir</b> <b>l'automne, 24.09 –</b> <b>Emilda, 22.10 –</b> <b>Emilda, 12.11 – Yin</b> <b>et Acupuncture –</b> <b>Accueillir l'hiver, 3</b> <b>.12 – Sarah, 17.12 –</b> <b>Emilda</b>

Cours convenant aux **débutants**

Cours pour les **mamans** et toutes **personnes désireuses de travailler son périnée. Avec ou sans bébé.**

Pour des adultes -dès 18 ans- en situation de handicap, vivant en institution, au sein de leur famille ou de manière indépendante.  
Info sur [le cours.](#)