

TRI OM YOGA

Planning 2026 / 2027

à partir du 14 septembre

LUNDI

10h Hatha Yoga
18h15 Hatha
Yoga*

MARDI

12h30 / 17h00/
18h30 Hatha Yoga

MERCREDI

10h00 Hatha Yoga
18h30 Hatha Yoga

JEUDI

15h45 Hatha Yoga
18h15 Hatha Yoga

VENDESDI

8h30 Hatha Yoga



PARENTHÈSE MÉDITATIVE

La méditation est une expérience à vivre : un sas pour se déposer, se rencontrer et trouver peu à peu un socle intérieur. Venez simplement en faire l'expérience.

Séances proposées à la demande.

NOTES*

Les cours de Hatha Yoga indiqués en **bleu** auront lieu au sein de l'association Luz en Forme et Loisir, St Georges de Luzençon.

Place limité à 8 personnes.

06 17 98 09 50