



# YOGA & SON

fédération française yoga & son

## La Lettre du Centre n°19

### HORAIRES DU 2 AU 18 SEPTEMBRE

---

Vendredi 2/ 9/16	12h30-13h30 ballon tous niveaux 15h00-16h00 cours doux 18h30-19h45 tous niveaux
Mardi 6/13	11h00-12h00 cours doux 12h15-13h15 intermédiaire 18h00-19h00 cours doux 19h15-20h30 prana
Mercredi 7/14	12h30-13h30 ballon tous niveaux 18h15-19h15 femmes enceintes 19h30-20h45 tous niveaux
Jeudi 15	11h00-12h00 cours doux 12h15-13h15 cours maman/bébé 17h30-18h30 tous niveaux 18h45-21h00 cours avancé
Samedi 10/17	9h30-10h30 méditation 11h00-12h00 tous niveaux 12h15-13h15 ballon intermédiaire avancé

**Reprise normale des cours du lundi au samedi à partir du lundi 19 septembre**  
(vous trouverez les horaires sur le fichier joint)

### TAROT

---

Un nouveau cycle démarre **le vendredi 30 septembre** (voir fichier joint)

### MEDITATIONS DU SAMEDI

---

Les samedis 10, 17, 24 septembre et 1er, 8, 15, 22 octobre

Les samedis 2, 11 février et 3, 10, 17, 23, 31 mars

### STAGES ET ATELIERS

---

**Stage de weekend avec Camélia Clavel :**

22-23 octobre : Gayatri. Chacras. Sons et couleurs

28-29 janvier / 25-26 février / Ascension : 16-20 mai / Août : Svara Yoga. Sons et couleurs

**Ateliers détox et bien-être:** pratique de yoga et sauna

Les dimanches 30 octobre et 22 avril de 9h30 à 13h00

### FETE DU YOGA LE JEUDI 17 NOVEMBRE A PARTIR DE 18H00

---

Réservez votre soirée pour partager avec nous quelques agapes !

### BIEN-ETRE

---

Les soins continuent pour vous assurer une rentrée dynamique !!!