



YOGA & SON

fédération française yoga & son

La Lettre du Centre n°20

CONFERENCE DE CAMELIA CLAVEL (OUVERTE A TOUS)

Le lundi 7 novembre à 20h

Sur le thème : «Comment protéger son cerveau pour qu'il reste jeune jusqu'au au bout de la vie ?»

HORAIRES DE COURS DES VACANCES DE TOUSSAINT

Le Centre s'embellit du 24 au 29 octobre.

Pendant cette période, nous vous demandons de sonner à l'interphone, sonnette du haut, au n°12 rue Baour Lormian (rue parallèle à la rue Fourbastard coté Manik).

Veillez nous excuser pour le changement.

Il n'y aura pas de cours le lundi 24 et le mardi 25 octobre. Les cours seront donnés le :

Mercredi 26 12h30-13h30 tous niveaux
 18h15-19h15 femmes enceintes
 19h30-20h45 tous niveaux

Jeudi 27 11h00-12h00 cours doux
 12h15-13h15 cours maman/bébé
 17h30-18h30 tous niveaux
 19h00-20h15 tous niveaux

Vendredi 28 **12h30-13h30 tous niveaux**
 15h00-16h00 cours doux
 18h30-19h45 tous niveaux

**PAS DE COURS LE SAMEDI 29, LE LUNDI 31 OCTOBRE ET LE MARDI 1er NOVEMBRE
REPRISE NORMALE DES COURS LE MERCREDI 2 NOVEMBRE**

STAGES AVANCES AVEC CAMELIA CLAVEL : SONS ET COULEURS

Le 22-23 octobre : Sons AOM (Horaires : samedi :14h -18h/// Dimanche : 12h -17h)

Le 26 et 27 novembre : Gayatri

ATELIER DETOX D'AUTOMNE : DIMANCHE 30 OCTOBRE

Travail corporel de la sangle abdominale, des lombaires ...en préparation du sauna

Tarif : 40€ Horaires : 9h30 -13h30

TAROT DEBUTANT

Un nouveau cycle de tarot commencera le 4 novembre de 17h à 18h. Merci de nous dire si vous êtes intéressés.

DERNIER RAPPEL : Merci de récupérer vos affaires de l'an dernier.