



l'Ecole du Souffle
www.ecole-du-souffle.com

L'École du Souffle - Centre de Yoga
La Rochelle - France

Yoga dynamique, Techniques respiratoires
Hatha yoga - Ashtanga Vinyasa - Pranayama - Méditation - Mantras
Massages traditionnels, Coaching sportif & Hammam

Ecole du Souffle			
Horaires 2010 – 2011 des cours de Yoga collectif			
<i>du 6 septembre 2010 au 28 juin 2011</i>			
LUNDI	12H30 à 14h	Hatha Yoga tous niveaux	Christophe
	17H30 à 19h	Hatha Yoga avec supports	Christophe
	19H30 à 21h	Hatha Yoga avec supports	Géraldine
MARDI	9H15 à 10h45	Méditation+Pranayama+Hatha Yoga	Géraldine
	12H30 à 14h	Hatha Yoga tous niveaux	Christophe
	19H à 20h30	Hatha Yoga tous niveaux	Géraldine
MERCREDI	15H à 16h	Enfants	Géraldine
	18h à 19h30	Débutants	Christophe
	19h30 à 21h	Intermédiaires et-avancés	Christophe
JEUDI	7H15 à 8h30	Méditation+Pranayama+Hatha Yoga	Christophe
	12h30 à 14h	Hatha Yoga tous niveaux	Christophe
	18h30 à 20h	Débutants	Christophe
 VENDREDI	9H15 à 10h45	Méditation+Pranayama+Hatha Yoga	Christophe
	12H30 à 14h	Hatha Yoga Intermédiaires	Géraldine
	18h30 à 20h	Cours à la donation Méditation-Pranayama & Mantras	Chris ou Géraldine
SAMEDI	9h15 à 11h15	Méditation+Pranayama Hatha Yoga+Mantras	Chris ou Géraldine
DIMANCHE	18h à 19h30	Hatha Yoga tous niveaux	Chris ou Géraldine

Contact : 06.62.43.21.70
info@ecole-du-souffle.com
www.ecole-du-souffle.com

