

## Calendrier cours de yoga saison 2022-2023

**Pléneuf Val André Salle Guémadeuc**

**LUNDI**

**Lundi 09h30-11h00 : Yoga intégral Anne-Marie(salle étage)**

**Lundi 19h00-20h30 : Ashtanga Yoga Christelle (salle étage)**

**Planguenoual Salle Carré d'Ass**

**Lundi 18h45-20h15 : Yoga niveau 2 Lise**

**Lundi 14h30-16h00 : Yin Yang Yoga Christelle**

1 <sup>er</sup> Trimestre	2ème Trimestre	3ème Trimestre
12/09/22	02/01/23	03/04/23
19/09/22	09/01/23	10/04/23
26/09/22	16/01/23	17/04/23
03/10/22	23/01/23	24/04/23
10/10/22	30/01/23	01/05/23
17/10/22	06/02/23	08/05/23
24/10/22	13/02/23	15/05/23
31/10/22	20/02/23	22/05/23
07/11/22	27/02/23	29/05/23
14/11/22	06/03/23	05/06/23
21/11/22	13/03/23	12/06/23
28/11/22	20/03/23	19/06/23
05/12/22	27/03/23	
12/12/22		
19/12/22		
26/12/22		
12 séances	10 séances	6 séances
pas de cours-vacances scolaires	<b>26 séances</b>	

**Padma Yoga**

Anne-Marie Hamon tél : 06 26 20 95 81

Christelle Philippe tél : 06 60 76 80 51

Lise T : 0647340954

[www.padmayoga22.fr](http://www.padmayoga22.fr)

[padmayoga22@gmail.com](mailto:padmayoga22@gmail.com)

## Calendrier cours de yoga saison 2022-2023

**Planguenoual – Salle Carré d' Ass**

**MARDI**

**Mardi 10h00-11h30 : Hatha Yoga**

**Mardi 19h00–20h30 : Ashtanga Yoga Christelle**

**Pléneuf Val-André- Guémadeuc**

**mardi 14h30-16h00 Yoga sur chaise (salle étage)**

**Mardi 18h30-20h00 : Yoga intégral Zoom Visio Anne-Marie**

1 <sup>er</sup> Trimestre	2 <sup>ème</sup> Trimestre	3 <sup>ème</sup> Trimestre
13/09/22	03/01/23	04/04/23
20/09/22	10/01/23	11/04/23
27/09/22	17/01/23	18/04/23
04/10/22	24/01/23	25/04/23
11/10/22	31/01/23	02/05/23
18/10/22	07/02/23	09/05/23
25/10/22	14/02/23	16/05/23
01/11/22	21/02/23	23/05/23
08/11/22	28/02/23	30/05/23
15/11/22	07/03/23	06/06/23
22/11/22	14/03/23	13/06/23
29/11/22	21/03/23	
06/12/22	28/03/23	
13/12/22		
20/12/22		
27/12/22		
12 séances	11 séances	9 séances
pas de cours-vacances scolaires	<b>32 séances</b>	

**Padma Yoga**

Christelle Philippe tél : 06 60 76 80 51

Anne-Marie Hamon tél : 06 26 20 95 81

Solène J :0699014425

[www.padmayoga22.fr](http://www.padmayoga22.fr)

[padmayoga22@gmail.com](mailto:padmayoga22@gmail.com)

## Calendrier cours de yoga saison 2022-2023

### MERCREDI

#### Planguenoual – Salle Carré d' Ass

**Mercredi 09h30-11h : Yoga intégral A-Marie**

#### Pléneuf - Salle Guémadeuc

**Mercredi 17h-18h30 : Hatha yoga Michel (salle étage)**

**Mercredi 19h-20h30 : Hatha yoga Michel (salle étage)**

1 <sup>er</sup> Trimestre	2 <sup>ème</sup> Trimestre	3 <sup>ème</sup> Trimestre
14/09/22	04/01/23	05/04/23
21/09/22	11/01/23	12/04/23
28/09/22	18/01/23	19/04/23
05/10/22	25/01/23	26/04/23
12/10/22	01/02/23	03/05/23
19/10/22	08/02/23	10/05/23
26/10/23	15/02/23	17/05/23
02/11/22	22/02/23	24/05/23
09/11/22	01/03/23	31/05/23
16/11/22	08/03/23	07/06/23
23/11/22	15/03/23	14/06/23
30/11/22	22/03/23	
07/12/22	29/03/23	
14/12/22		
21/12/22		
28/12/23		
12 séances	11 séances	9 séances
pas de cours-vacances scolaires	<b>32 séances</b>	

**Padma Yoga**

Anne-Marie Hamon tél : 06 26 20 95 81

Michel Leteissier tél : 06 85 26 85 57

[www.padmayoga22.fr](http://www.padmayoga22.fr)

[padmayoga22@gmail.com](mailto:padmayoga22@gmail.com)

## Calendrier cours de yoga saison 2022-2023

**JEUDI**

**Pléneuf – Guémadeuc (salle étage)**

**Jeudi 10h00-11h30 : Hatha yoga Michel**

**06 85 26 85 57**

<b>1<sup>er</sup> Trimestre</b>	<b>2<sup>ème</sup> Trimestre</b>	<b>3<sup>ème</sup> Trimestre</b>
15/09/22	05/01/23	06/04/23
22/09/22	12/01/23	13/04/23
29/09/22	19/01/23	20/04/23
06/10/22	26/01/23	27/04/23
13/10/22	02/02/23	04/05/23
20/10/22	09/02/23	11/05/23
27/10/22	16/02/23	18/05/23
03/11/22	23/02/23	25/05/23
10/11/22	02/03/23	01/06/23
17/11/22	09/03/23	08/06/23
24/11/22	16/03/23	15/06/23
01/12/22	23/03/23	
08/12/22	30/03/23	
15/12/22		
22/12/22		
29/12/22		
12 séances	11 séances	8 séances
pas de cours-vacances scolaires	<b>31 séances</b>	

**Padma Yoga**

Michel Leteissier tél : 06 85 26 85 57

[www.padmayoga22.fr](http://www.padmayoga22.fr)

[padmayoga22@gmail.com](mailto:padmayoga22@gmail.com)