

Calendrier cours de yoga saison 2023-2024

Pléneuf Val André Salle Guémadeuc

LUNDI

Lundi 10h00-11h30 : Yoga intégral (salle étage) Lise

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

Planguenoual Salle Carré d'Ass

Lundi 14h30-16h00 : Yin Yang Yoga Christelle

Lundi 18h45-20h15 Yoga niveau 2 Lise

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

Padma Yoga

padmayoga22@gmail.com

www.padmayoga22.fr

Christelle Philippe tél : 06 60 76 80 51

Lise Trénot tél: 06 47 34 0954

Calendrier cours de yoga saison 2023-2024

Planguenoual – Salle Carré d' Ass

MARDI

Mardi 10h00-11h30 : Hatha Yoga Solène

Mardi 19h00–20h30 : Ashtanga Yoga Christelle

Pléneuf Val-André- Guémadeuc

mardi 14h30-16h00 Yoga autour de la chaise (salle étage) Solène

1 ^{er} Trimestre	2 ^{ème} Trimestre	3 ^{ème} Trimestre
19/09/23	02/01/24	02/04/24
26/09/23	09/01/24	09/04/24
03/10/23	16/01/24	16/04/24
10/10/23	23/01/24	23/04/24
17/10/23	30/01/24	30/04/24
24/10/23	06/02/24	07/05/24
31/10/23	13/02/24	14/05/24
07/11/23	20/02/24	21/05/24
14/11/23	27/02/24	28/05/24
21/11/23	05/03/24	04/06/24
28/11/23	12/03/24	11/06/24
05/12/23	19/03/24	18/06/24
12/12/23	26/03/24	
19/12/23		
26/12/23		
12 séances	10 séances	10 séances
pas de cours-vacances scolaires	32 séances	

Padma Yoga

padmayoga22@gmail.com

www.padmayoga22.fr

Christelle Philippe tél : 06 60 76 80 51

Solène Jeanjean : 06 99 01 44 25

Calendrier cours de yoga saison 2023-2024

MERCREDI

Planguenoual – Salle Carré d' Ass

Mercredi 10h00-11h30 : Yoga intégral Solène

Pléneuf - Salle Guémadeuc

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

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

1 ^{er} Trimestre	2 ^{ème} Trimestre	3 ^{ème} Trimestre
20/09/23	03/01/24	03/04/24
27/09/23	10/01/24	10/04/24
04/10/23	17/01/24	17/04/24
11/10/23	24/01/24	24/04/24
18/10/23	31/01/24	01/05/24
25/10/23	07/02/24	08/05/24
01/11/23	14/02/24	15/05/24
08/11/23	21/02/24	22/05/24
15/11/23	28/02/24	29/05/24
22/11/23	06/03/24	05/06/24
29/11/23	13/03/24	12/06/24
06/12/23	20/03/24	19/06/24
13/12/23	27/03/24	
20/12/23		
27/12/23		
12 séances	10 séances	9 séances
pas de cours-vacances scolaires	31 séances	

Padma Yoga

padmayoga22@gmail.com

www.padmayoga22.fr

Solène Jeanjean

Michel Leteissier

tél : 06 99 01 44 25

tél : 06 85 26 85 57

Calendrier cours de yoga saison 2023-2024

JEUDI

Pléneuf – Guémadeuc (salle étage)

Jeudi 10h00-11h30 : Hatha yoga Michel

1 ^{er} Trimestre	2 ^{ème} Trimestre	3 ^{ème} Trimestre
21/09/23	04/01/24	04/04/24
28/09/23	11/01/24	11/04/24
05/10/23	18/01/24	18/04/24
12/10/23	25/01/24	25/04/24
19/10/23	01/02/24	02/05/24
26/10/23	08/02/24	09/05/24
02/11/23	15/02/24	16/05/24
09/11/23	22/02/24	23/05/24
16/11/23	29/02/24	30/05/24
23/11/23	07/03/24	06/06/24
30/11/23	14/03/24	13/06/24
07/12/23	21/03/24	20/06/24
14/12/23	28/03/24	
21/12/23		
28/12/23		
12 séances	10 séances	9 séances
pas de cours-vacances scolaires	31 séances	

Padma Yoga

www.padmayoga22.fr

padmayoga22@gmail.com

Michel Leteissier

tél : 06 85 26 85 57