

Planning des cours adultes et enfants 2021/2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1° partie Matinée						
2° partie Matinée	11h-12h Yoga prénatal <i>L'Union</i>		10h30-11h15 Baby Yoga de 2 à 3 ans (1 merc/2) <i>L'Union</i>			11h-12h Yoga Zen Kids 5- 9 ans (1 sam/2) <i>L'Union</i>
12h-14h	12h-13h Sophrologie caycédienne <i>L'Union</i>					
1° partie Après- midi	14h-15h Sophro Préparation à l'accouchement <i>L'Union</i>					
2° partie Après- midi	17h-18h Yoga Hatha et Yin <i>L'Union</i>				17h-18h Atelier du Mouvement <i>L'Union</i>	
1° partie SOIREE						
2° partie SOIREE				20h30-21h30 Yoga Hatha et Yin <i>Launaguet</i>		

+ des stages Bien-être les week-ends / + d'infos sur www.adelinecamus.net et FB@adelineyogasophro

Inscriptions au 06.10.26.75.67 et par mail adelineyogasophro@gmail.com