

**PROGRAMME DES ATELIERS à Thonon**  
**Janvier - Mars 2020**

**JANVIER**

<b>Dimanche 5</b>	Matin 9h - 12h <i>Remise en forme : Yoga Egyptien</i>
<b>STAGE EXCEPTIONNEL</b>	<b>Pratique au Choix</b>
<b>Vendredi 24</b> (après-midi)	Matin 9h - 12h <b>Yoga TRADITIONNEL</b>
<b>Samedi 25</b> (journée)	Après-midi 15h30 - 18h30 <b>Yoga du DOS</b>
<b>Dimanche 26</b>	
<b>Lundi 27</b> (matin)	

**FEVRIER**

<b>Samedi 8</b>	Après-midi 15h – 18h <b>Yoga des YEUX &amp; EQUILIBRE</b>
<b>Dimanche 23</b>	Matin 9h – 12h <b>Yoga TIBETAIN</b>

**MARS**

<b>Samedi 14</b>	Après-midi 15h – 18h <b>QI GONG pour les femmes</b>
<b>Dimanche 29</b>	Matin 9h – 12h <b>Yoga « Détox Printemps »</b>

Prix : € 45 / atelier

*Maximum 10 personnes*

**YOGA de la VOIE** du ♥ **CHANTS (BHAJANS) & MEDITATION**

Les SAMEDIS de Février à Mai 2020  
 (contribution de € 10 reversée à une association)

15h - 16h30

15 février / 21 mars / 25 avril / 26 mai 2020