

ATELIERS HATHA YOGA

2024/2025 - Samedi - 10h à 11h

Shiatsu Peyrard, 29 rue Victor Basch 01000

15€ sur réservation - ou abonnement annuel

28 Septembre

Énergie de l'Automne



19 Octobre

Libération du mouvement

23 Novembre

Libération de la respiration



14 Décembre

Énergie de l'Hiver



25 Janvier

Libération du mouvement

22 Février

Libération de la respiration

29 Mars

Énergie du Printemps



26 Avril

Libération du mouvement

24 Mai

Libération de la respiration

28 Juin

Énergie de l'Été



26 Juillet

Libération du mouvement



30 Août

Libération de la respiration