



**Bréal
Yoga**

Bréal sous Montfort



Cours hebdomadaires

YOGA

LUNDI

14h00-15h15

17h45-19h00

20h30-21h45

VENDREDI 10h00-11h15

Colonne & DOS

LUNDIS

19h15-20h15

2024-2025

les Mots, le Geste

Marie-Noëlle Vansteene



07.83.50.56.24

<https://enviedeyoga.fr/>

enviedeyoga@gmail.com



Habilitété

Ancrage

Fluidité

Harmonie

Le corps en Confiance

Le RHEU



YOGA

MARDI : 12h20-13h35

18h30-19h45

20h00-21h00

JEUDI : 14h00-15h15

Colonne & Dos

MARDI 10h00-11h15

Périnée et Mouvement®

JEUDI 10h00-11h30 : 20 séances

du 7 nov. 2024 au 15 mai 2025

Colonne & Dos

Abdos hypopressifs

JEUDI 19h15-20h30

Cours annuel

Méthode

Blandine Calais-Germain®



**CENTRE CULTUREL
ET D'ACTIVITÉS**

**AGORA
LE RHEU**