

COURS HEBDOMADAIRES EN DORDOGNE SAISON 2024-2025

Asanas - Pranayama - Brain gym - Activités d'éveil sensoriel - Relaxation - Méditation

# YOGA TRADITIONNEL INDIEN



Debiprasad Pramanik

Isabelle Garrigue

## Swayoga & Eneart à St-Vincent-le-Paluel & Ste-Nathalène

Cours de Yoga traditionnel en salle

Mardi à 09h15 - Ste. Nat. avec Debi

Mercredi à 19h00 - Ste. Nat. avec Debi

Judi à 09h15 - St-Vinc-le-Paluel avec Debi

## Le Centre Yoga à Carsac & Vitrac

Cours en salle & sur zoom

- 📺 Lundi à 10h00 - Carsac - Yoga trad. avancé avec Debi
- 📺 Lundi à 19h00 - Vitrac - Hatha Yoga avec Debi
- 📺 Mardi à 10h00 - Carsac - Yin/Yoga doux avec Isabelle
- 📺 Mardi à 19h00 - Carsac - Hatha Yoga avec Debi
- 📺 Mercredi à 10h00 - Vitrac - Hatha Yoga avec Debi
- 📺 Mercredi à 19h00 - Vitrac - Yin/Yoga doux avec Isabelle
- 📺 Jeudi à 10h00 - Carsac - Yin/Yoga doux avec Isabelle
- 📺 Jeudi à 19h00 - Vitrac - Hatha Yoga avec Debi

Cours d'été en salle, sur zoom & en extérieur\*

Mardi à 9h00 - Carsac - Hatha Yoga avec Debi\*

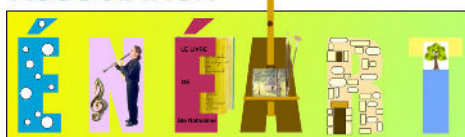
- 📺 Mardi à 19h00 - Vitrac - Hatha Yoga avec Debi

Judi à 9h00 - Carsac - Hatha Yoga avec Debi\*

- 📺 Judi à 19h00 - Vitrac Hatha Yoga avec Debi

\*selon la météo

ASSOCIATION



Contact & Réservation :

T. Debi : 06 35 96 28 42 - info@swayoga.com - www.swayoga.com

T. Isabelle : 06 78 26 44 55 - lecentre-yoga-sarlat@outlook.fr - www.hatha-yoga-dordogne.com