

YOGA



Au gré des mains

avec Thierry Corrales (Fédération Française de Hatha Yoga)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		Hatha Yoga 9h/10h Soubise* Salle des fêtes		Trail-Yoga 9h/10h Port des Barques Salle des sports
Yoga adapté 10h45/12h Marenes Maison des associations et loisirs		Yoga adapté 10h30/11h30 Soubise* dojo Soubise		Hatha Yoga 10h15/11h30 Port des Barques Salle des sports
Hatha Yoga 12h15 /13h30 Marenes Maison des associations et loisirs		Yoga Enfants 12h/13h Dojo Soubise ou Port des Barques		
Hatha Yoga 15h/16h15 Port des Barques Salle des sports		Hatha Yoga 16h30 /17h30 Rochefort-sur-Mer Rdv Camping du Rayonnement		
Hatha Yoga 17h30 – 18h30 Rochefort-sur-Mer ASCG17 (groupe privé)	TAI CHI 18h/19h dojo Soubise	Trail-Yoga 17h45 / 18h45 Rochefort-sur-Mer Rdv Camping du Rayonnement	Hatha Yoga 18h/19h Dojo Soubise*	
Trail-Yoga 19h/20h St Laurent de la prée Salle polyvalente	Hatha Yoga 19h30/20h30 Dojo Soubise*			
Hatha Yoga 20h/21h15 St Laurent de la prée Salle polyvalente				

RDV durant les 15 minutes avant le début de l'activité sur les lieux précisés
 Suivant la météo les lieux de pratique pourraient changer.

Tél.: 06 76 46 11 16 THIERRY CORRALES (FFHY)