



www.yoga-grenoble.net

Saison 2022 - 2023

Activités régulières du Clair de l'Aube

	Nathalie	06.71.71.06.63
	Camille	07.69.37.68.93
	Delphine	06.80.60.02.81
	Pascal	06.45.76.26.91
	Marisel	07.82.51.41.50

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
7h30						
8h00						
8h30						
9h00						
9h30						
10h00						Yoga 3-5 ans
10h30		Yoga doux				Yoga adultes
11h00						
11h30						
12h00						
12h30	Yoga	Qi gong	Yoga	Yoga	Yoga du rire	
13h00						
13h30						
14h00						
14h30						
15h00						
15h30						
16h00						
16h30						
17h00	Yoga pour la femme		Yoga 6-11 ans	Yoga 12-18 ans		
17h30						
18h00		Yoga				
18h30						
19h00	Yoga		Yoga	Yoga		
19h30		Yoga				
20h00						
20h30	Méditation					
21h00	Yoga Nidra					
21h30						
22h00						
22h30						



Mise à jour : 22 septembre 2022