


Planning des cours 2023/2024

Horaires des séances de yoga en pleine conscience, ateliers et formations, accessibles à tous

Sandrine Dias - 078 721 67 72 



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		8h30 - 9h30 HATHA YOGA collectif by Sandrine		8h30 - 9h30 HATHA YOGA collectif by Sandrine		
			10h00 - 11h00 YOGA DOUX collectif by Sandrine	* 10h00 -14h00 PRIVEE ou SOIN	* ATELIERS & FORMATIONS Cueillette Yoga du visage Dégustation consciente Yoga spécial Inversions YogaThérapie hormonale Shinzu (mains/corps/visage) Reiki Ukiyo Communication Animale Thérapie par la couleur	9h30 - 12h30 YOGA BRUNCH 22 octobre 26 novembre
* 13h00 -17h00 SEANCE PRIVEE ou SOIN Sonore - Shinzu Magnétisme Méditations - Coaching		12h00 - 13h30 YOGA EN ENTREPRISE	* 11h30 -13h30 PRIVEE ou SOIN			10h - 15h ATELIER HANG 3 décembre
* 16h30 -17h45 PRIVEE ou SOIN	18h00 - 19h00 HATHA YOGA collectif by Sandrine	17h45 - 18h45 HATHA YOGA collectif by Sandrine	16h45 - 17h45 YOGA ENFANTS 8 ans et +			
* 17h15 - 18h15 YOGA PARENTS/ENFANTS	19h30 - 20h30 HATHA YOGA collectif by Sandrine	19h15 - 20h15 HATHA YOGA collectif by Sandrine		*En soirée CERCLES MEDITATION selon Agenda		
			* 18h30 - 19h45 YOGA PRENATAL 2-3 x par mois			* Selon agenda ou 078/721.67.72

*selon agenda, ne se déroule pas toutes les semaines

yoga-loft.ch