



Hatha Yoga Club – Ateliers de yoga pour adultes – Saison 2025/2026

DATE	HORAIRES	PROFESSEURE	THEME	LIEU
Samedi 11 octobre	09h30 à 12h00	Sylvie de Carli	Diaphragme et méthode Eva Ruchpaul	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Mercredi 22 octobre	18h15 à 20h45	Paule Grandisson	Yoga et relaxation profonde	Salle de danse N°2 Maison des Sports
Samedi 15 novembre	09h30 à 12h00	Corinne Fromont Guiguet	Yoga, art de se connecter à soi-même	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Samedi 6 décembre	09h30 à 12h00	Catherine Sibille	Yoga et psoas, le muscle de l'âme	Salle de danse N°2 Maison des Sports
Samedi 10 janvier	09h30 à 12h00	Corinne Fromont Guiguet	Yoga anti-stress	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Samedi 31 janvier	09h30 à 12h00	Catherine Sibille	Prendre soin de son nerf vague	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Samedi 7 mars	09h30 à 12h00	Justine Barron	Yoga et handpan	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Samedi 28 mars	09h30 à 12h00	Corinne Fromont Guiguet	Yoga et éveil des sens	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix
Mercredi 15 avril	18h15 à 20h45	Paule Grandisson	Yoga et relaxation profonde	Salle de danse N°2 Maison des Sports
Samedi 6 juin	09h30 à 12h00	Catherine Sibille	Alignement énergétique et postural	Salle Coulon Pôle associatif de la Paix

Version du 26 septembre 2025.

PLACES LIMITÉES - RÉSERVATION INDISPENSABLE

Ces ateliers sont réservés aux adhérents du Hatha Yoga Club (cotisation annuelle de 5 € ou 15 €).

Les places sont limitées à 15 personnes par atelier.

Une participation financière de 15 € par personne est demandée.

Pour vous inscrire :



<https://www.helloasso.com/associations/hatha-yoga-club/boutiques/ateliers-de-yoga-2025-2026>

Tél : 06 52 89 55 01

Email : hathayogaclub71@gmail.com