



Hatha Yoga Club - Année 2025-2026



COURS HEBDOMADAIRES

ATELIERS

MARDI

MERCREDI

VENDREDI

MENSUEL

MATIN

09h00 - 10h15

Hatha Yoga Classique

Maison de quartier de la Paix
Paule



9h15 - 10h15

Hatha Yoga Eva Ruchpaul

Maison de quartier de la Paix
Sylvie

10h30 - 11h30

Hatha Yoga
Maison des Sports
Nadine

COMPLET

10h30 - 11h45

Yoga Doux pour Tous

Maison de quartier de la Paix
Paule



10h30 - 11h30

Hatha Yoga Eva Ruchpaul

Maison de quartier de la Paix
Sylvie

MIDI

12h15 - 13h15

Hatha Yoga Eva Ruchpaul

Maison des Sports
Nadine

APRES-MIDI

16h00 - 17h15

Hatha Yoga pour Tous

Maison des Sports
Paule



SOIR

18h00 - 19h00

Hatha Yoga Eva Ruchpaul

Maison de quartier de la Paix
Sylvie

18h00 - 19h15

Hatha Yoga
Maison des Syndicats
Pauline



17h30 - 18h45

Hatha Yoga pour Tous

Maison des Sports
Paule



19h15 - 20h15

Hatha Yoga
Maison de quartier de la Paix
Sylvie

COMPLET

19h30 - 20h45

Hatha Yoga Classique

Maison des Syndicats
Pauline



19h10 - 20h25

Hatha Yoga pour Tous

Maison des Sports
Paule

Ateliers thématiques

Atelier de 2h30
le samedi matin
ou le mercredi soir
pour découvrir
ou approfondir
une pratique

**SEANCE
D'ESSAI
OFFERTE**



Possibilité de pratiquer le
Yoga Pré et Post Natal
pendant les cours du mercredi soir



Possibilité de pratiquer le
Yoga sur Chaise
pendant les cours
de Hatha Yoga Classique
du mardi et du vendredi

Contactez-nous au 06 52 89 55 01 ou sur hathayogaclub71@gmail.com