

SEANCES DE YOGA GRATUITES

SEPTEMBER / SEPTEMBER 2025

Envie de vous ressourcer ? Les pratiques de bien-être comprennent les postures, la pratique de la respiration consciente, la relaxation et la vigilance détendue.

Come and join our free yoga sessions !

Forget the stress of everyday life in a positive and dynamic way. Each session includes postures, practices in conscious breathing, relaxation and relaxed alertness.

Nehmen Sie spontan an einer unserer kostenfreien Yoga-Sessions teil !

Schöpfen Sie neue Kraft für Ihren Alltag. Die Übungen des Wohlbefindens basieren auf den Elementen Körperhaltung, Atemtechnik, Entspannung und Konzentration.

LUNDI MONDAY MONTAG	MARDI TUESDAY DIENSTAG	MERCREDI WEDNESDAY MITTWOCH	JEUDI THURSDAY DONNERSTAG	VENDREDI FRIDAY FREITAG	SAMEDI SATURDAY SAMSTAG	DIMANCHE SUNDAY SONNTAG
1 	2	3	4	5	6 8H00 - 8H45	7
8	9 8H00 - 8H45	10 8H00 - 8H45	11 8H00 - 8H45 18H00 - 19H00 19H00 - 20H00	12	13	14
15	16	17	18	19 8H00 - 8H45	20 8H00 - 8H45 YOGIC WALKING 9H30 - 11H00	21
22	23	24	25 8H00 - 8H45 18H00 - 19H00 19H00 - 20H00	26 08H00 - 08H45	27 08H00 - 08H45	28
29	30					



Pour des séances individuelles, merci de contacter:

Kontaktieren Sie für individuelle Yogastunden bitte:

For individual sessions, please contact :

Pascal Papillon +33 (0) 6 07 73 83 82

Yoga instructeur, PhD en Philosophie du Yoga

www.pascal-papillon.com



Lieu de rendez-vous - Treffpunkt - Meeting point
SALON MELANIE / RECEPTION