



SEANCES DE YOGA GRATUITES

MARS / MARCH / MÄRZ 2026

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
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 08H00 - 08H45	21 08H00 - 08H45 YOGA WALKING 10H00 - 11H30	22
23	24	25	26 08H00 - 08H45	27 08H00 - 08H45	28	29
30	31					

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