

Planning- Shanti dans les Cévennes

Lundi - Portes

18h-19h15

Hatha

19h30-20h30

Yin Yoga

Mardi - Martinet

9h20-10h20

Méditation et Pranayama

10h30-11h30

Yoga sur chaise

Mercredi

Jeudi- Martinet

14h-15h

Chillax

Vendredi- Portes

9h30-11h

Hatha



Les cours sont accessibles à tous, qu'ils soient débutants ou avancés.

Pour plus d'informations, connaître les formules et réserver, contactez :

Shivani Jeyendren - Enseignante depuis 2015

yogawithshiv@gmail.com

07 67 11 05 35