

Calendrier 2018-2019 **YOGA** pré et postnatal

YOGA prénatal : l'année comprend **15 séances** qui auront lieu le mercredi de **18H à 19H15** aux dates ci-dessous.

(Des séances « chant et mouvements » seront proposées par Flore entre les dates de yoga.)

YOGA postnatal : mercredi de **10H à 11H15** sur **RENDEZ-VOUS**

Pour les 2 types de séances : minimum 2 participantes.

Merci d'amener un paréo pour poser sur le tapis, de porter une tenue souple (possibilité de se changer sur place) ET d'arriver 5 minutes avant la séance .

DATES

26/09/18
10/10/18
07/11/18
21/11/18
05/12/18
19/12/18
16/01/19
30/01/19
13/02/19
13/03/19
27/03/19
10/04/19
22/05/19
05/06/19
26/06/19