

Calendrier 2020 - 2021 **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 » (pré et postnatal) sont proposées **SUR RV** (horaire à fixer) par Flore le mercredi à la même heure (18H) ou le vendredi dans notre salle ENJOYOGA ou sur un autre lieu (à définir)

Flore : 06 06 72 04 66 <https://assolullaby.weebly.com/une-chanson-douce.html>

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

Pour les 3 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

24/09/20
07/10/20
04/11/20
18/11/20
02/12/20
16/12/20
13/01/21
27/01/21
03/03/21
17/03/21
31/03/21
05/05/21
19/05/21
02/06/21
16/06/21