

Planning de yoga

Cours en ligne

Cours à Cajarc

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
	8h . 9h Hatha yoga	8h . 9h15 Kundalini yoga *Aussi à Cajarc*	8h . 9h Hatha yoga
11h . 12h15 Hatha yoga		*10h . 11h15* Hatha yoga	
12h45 . 13h45 Hatha yoga	*18h30 . 19h45* Hatha yoga		
19h30 . 20h30 Hatha yoga	20h . 21h Hatha yoga	19h30 . 20h30 Hatha yoga	20h30 . 21h30 Hatha yoga doux et yoga nidra *Aussi à Cajarc*

Tous les détails, liens, tarifs, adresse sur helene-jamesse.com
Possibilité de venir pratiquer à Cajarc, pour un cours proposé en ligne.

*Helène Jamesse**