

EMPLOI DU TEMPS YOGA CENTRE ENACT'AUM 2020-2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				10h – 11h30 : HATHA YOGA	11h – 12h15 : 2ème samedi du mois : méditation avec le Om
12h15 – 13h30 Surya namaskara & YOGA NIDRA		12h – 13h15 : HATHA YOGA			
	14h15 – 15h45 : HATHA YOGA seniors				
18h30 - 20h : HATHA YOGA	18h30 - 20h15 : HATHA YOGA & DANSE ENACTIVE		18h - 19h15 : SHABDA – NADA YOGA ou yoga du son		
20h15 – 21h30 : SHABDA – NADA YOGA ou yoga du son		19h15 – 21h15 : SOPHRO-YOGA & CREATIVITE ENACTIVE	19h30 – 21h : HATHA YOGA	20h : 1 ^{er} vendredi du mois : RDV avec SOI, LA VIE ET LA MORT ; 3ème vendredi du mois : mantras/kirtans	