

2024

Septembre

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Octobre

	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Novembre

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Décembre

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Equinoxes & solstices
Pratique en soirée **VENDREDI**
19h15-21h45
Prix libre & conscient

Le **vendredi 20 décembre** à Figeac

Le DIMANCHE

4 journées de yoga, en lien
avec les saisons (au Buysou)

Les 4 journées prévues à chaque
saison sont des occasions pour
installer une pratique en autonomie.

Je vous proposerai une pratique
simple que vous pourrez installer
dans votre quotidien jusqu'à la
saison suivante.

Le DIMANCHE MATIN 10h-12h

2h pour approfondir,
explorer d'autres postures (à prix libre & conscient,
à Felzins)

Janvier

		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Février

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Mars

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Avril

	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Mai

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Juin

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Fin des cours

Vacances scolaires
Tous les autres jours (fériés..)
il y a cours.

Cours de yoga nidra

2025

