



Yoga – HORAIRES et SALLES

année 2025/26

Inès

Bénédicte

JOUR	HORAIRE			SALLE	HORAIRE			SALLE
<i>lundi</i>	10 h 10 – 11 h 10	11 h 20 – 12 h 20	12 h 30 – 13 h 30	David Vaillant	17 h 15 – 18 h 15 (yoga adapté)	18 h 30 – 19 h 30 (sportifs)	19 h 45 – 20 h 45	Simone Veil
<i>mardi</i>		14 h – 15 h	15 h 15 – 16 h 15	David Vaillant	18 h – 19 h (pratiquants)	19 h 15 - 20 h 15 (pratiquants et débutants)		Simone Veil
<i>mercredi</i>		12 h 15 – 13 h 15 (pratiquants)		Simone Veil		19 h 15 - 20 h 15 (sportifs)		Simone Veil
<i>jeudi</i>							20 h 30 - 21 h30	David Vaillant
<i>vendredi</i>	9 h – 10 h			David Vaillant		16 h 15 – 17 h 15 (hatha yoga)	17 h 30 – 18 h 30 (méditation)	David Vaillant

complexe David Vaillant > rue des Droits de l'Homme (près du Dôme)

salle Simone Veil > rue du Lavoir (près Maison de l'Enfance)

<https://chrysalide-yoga-saint-ave.paheko.cloud> - - chrysalideyoga@gmx.fr

Le BASAR rue des Droits de l'Homme 56890 SAINT-AVÉ - - 06 72 57 85 41