

HATHA YOGA & MÉDITATION

Saison 2021-2022

AUXERRE - VENIZY - NEUVY-SAUTOUR

LUNDI			MARDI			MERCREDI		
Auxerre : 19h-20h30 4, Place de la Préfecture			Venizy : 9h-10h30, Maison de la culture Neuvy-Sautour : 18h30-20h Salle des fêtes			Auxerre : 15h30-17h 4, Place de la Préfecture		
2021	Septembre	13-sept	2021	Septembre	14-sept	2021	Septembre	15-sept
		20-sept			21-sept			22-sept
		27-sept			28-sept			29-sept
	Octobre	04-oct		Octobre	05-oct		Octobre	06-oct
		11-oct			12-oct			13-oct
		18-Oct			19-oct			20-Oct
	Novembre	08-nov		Novembre	09-nov		Novembre	10-nov
		15-nov			16-nov			17-nov
		22-nov			23-nov			24-nov
		29-nov			30-nov			01-déc
	Décembre	06-déc		Décembre	07-déc		Décembre	08-déc
		13-déc			14-déc			15-déc
2022	Janvier	03-janv	2022	Janvier	04-janv	2022	Janvier	05-janv
		10-janv			11-janv			12-janv
		17-janv			18-janv			19-janv
		24-janv			25-janv			26-janv
		31-janv			01-févr			02-févr
	Février	07-févr		Février	08-févr		Février	09-févr
		28-févr			01-mars			02-mars
		07-mars			08-mars			09-mars
	Mars	14-mars		Mars	15-mars		Mars	16-mars
		21-mars			22-mars			23-mars
		28-mars			29-mars			30-mars
		04-avr		Avril	05-avr		Avril	06-avr
	Avril	11-avr			12-avr			13-avr
		02-mai		Mai	03-mai		Mai	04-mai
		09-mai			10-mai			11-mai
		16-mai			17-mai			18-mai
		23-mai			24-mai			25-mai
		30-mai			31-mai			01-juin
	Juin	06-juin		Juin	07-juin		Juin	08-juin
		13-juin			14-juin			15-juin
		20-juin			21-juin			22-juin
		27-juin			28-juin			29-juin

INFO COVID

Les mesures sanitaires restent inchangées, **port du masque lors de l'arrivée et l'installation.**
Selon évolution de la situation, les dispositions les plus justes seront prises.

NEUVY-SAUTOUR

BRIENON

NEUVY-SAUTOUR

JEUDI		
Salle des fêtes : 10h-11h30		
2021	Septembre	16-sept
		23-sept
		30-sept
	Octobre	07-oct
		14-oct
		21-oct
	Novembre	04-nov
		18-nov
		25-nov
	Décembre	02-déc
		09-déc
		16-déc
2022	Janvier	06-janv
		13-janv
		20-janv
		27-janv
	Février	03-févr
		10-févr
	Mars	03-mars
		10-mars
		17-mars
		24-mars
		31-mars
	Avril	07-avr
		14-avr
		28-avr
	Mai	05-mai
		12-mai
		19-mai
	Juin	02-juin
		09-juin
		16-juin
		23-juin
		30-juin

JEUDI		
Salle Briennon : 18h30-20h 13, rue de l'Hôtel Dieu		
2021	Septembre	16-sept
		23-sept
		30-sept
	Octobre	07-oct
		14-oct
		21-oct
	Novembre	18-nov
		25-nov
	Décembre	02-déc
		09-déc
		16-déc
2022	Janvier	06-janv
		13-janv
		20-janv
		27-janv
	Février	03-févr
		10-févr
	Mars	03-mars
		10-mars
		17-mars
		24-mars
		31-mars
	Avril	07-avr
		14-avr
	Mai	05-mai
		12-mai
		19-mai
	Juin	02-juin
		09-juin
		16-juin
		23-juin
		30-juin

Méditation longue
à l'issue du cours (15 minutes)

VENDREDI		
Salle des fêtes : 18h45-20h15		
2021	Septembre	17-sept
		24-sept
		01-oct
	Octobre	15-oct
		22-oct
	Novembre	05-nov
		12-nov
		19-nov
		26-nov
	Décembre	03-déc
		10-déc
		17-déc
2022	Janvier	07-janv
		14-janv
		21-janv
		28-janv
	Février	04-févr
		11-févr
	Mars	04-mars
		11-mars
		18-mars
		25-mars
		01-avr
	Avril	08-avr
		15-avr
	Mai	06-mai
		13-mai
		20-mai
	Juin	27-mai
		03-juin
		10-juin
		17-juin
		24-juin
	Juillet	01-juil

Tarif

	VENIZY - NEUVY-SAUTOUR	AUXERRE
Unité	11€	13€
Carte de 10 cours	85 €	90 €
Trimestre	80 €	85 €
Année (34 cours)	210 €	230 €
Cotisation annuelle ou frais d'inscription	10 €	10 €

Tarif

	BRIENON (par association «la sentinelle»)
Unité	10€
Mois	20 €
Trimestre	
Année (32 cours)	200 €
Cotisation annuelle	10 €

Compte tenu du contexte sanitaire actuel les groupes pourront être limités à un nombre de personnes restreint

Modalités pratiques :

- Durée du cours : 1h30,
- Tenue confortable,
- Se munir d'un tapis de yoga, d'un coussin et d'une couverture,

- Nous informer de votre venue* (prêt de tapis et coussins)
- **Le premier cours (d'essai) est à 7€**

Les cours sont donnés par Aline LECLÈRE, professeur diplômé des Centres de Yoga Internationaux Sivananda.

* CONTACT : Aline LECLÈRE : aline89@msn.com ; 06 20 81 27 48