

Planning 2017-2018

व्युत्ति

Association de Yoga et de Culture Indienne

Mail : ayci@live.fr Site : www.ayci.fr Tél : 06.60.95.17.36

Adhérent carte sortir (L'association adhère à la carte Sortir pour les cours à Rennes)

YOGA

1 PLACE DE PRAGUE (MÉTRO LE BLOSNE)

RENNES

Lundi 10H00 – 11H30 **Yoga classique intergénérationnel**

SALLE SAMARA - 12 BIS AVENUE DE POLOGNE (MÉTRO LE BLOSNE)

RENNES

Lundi 17H30 – 19H00 **Yoga classique adulte**

Lundi 19H00 – 20H30 **Yoga classique adulte**

Lundi 20H30 – 22H00 **Yoga classique adulte**

Mardi 18H30 – 20H00 **Yoga classique adulte**

SALLE ARZHEL

ST ARMEL

Mardi 16H30 – 18H00 **Yoga enfant**

Mercredi 18H30 – 20H00 **Yoga classique intergénérationnel**

Jeudi 09H00 – 10H30 **Yoga Séniors**

Possibilité de cours particuliers de yoga, nous contacter

AUTRES ACTIVITÉS

1 PLACE DE PRAGUE (MÉTRO LE BLOSNE)

RENNES

Dimanche 10H00 – 12H00 **Méditation**

Dimanche 13h30 – 15H00 **Yoga des yeux**

(Méditation, kriyas, exercices de respiration, salutation du soleil, mantra) Dates prévues, le 1er dimanche du mois, sauf si long week-end 2ème dimanche du mois

MUSÉE DE RENNES (MÉTRO RÉPUBLIQUE)

RENNES

Lundi 17H00 – 18H30 **YOG'ART**

Engagement 6 séances, groupe limité à 12 places, dernier lundi du mois

SALLE SAMARA - 12BIS AVENUE DE POLOGNE (MÉTRO LE BLOSNE)

RENNES

Vendredi 9H00 – 13H00 **Cours Cuisine Indienne Ayurvédique**

(Ayur = Vie, Véda = Connaissance) Une nourriture saine pour une vie saine à travers les épices et les légumes de saison.

