

SEANCES DE YOGA GRATUITES

MAI / MAY 2026


Envie de vous ressourcer ? Les pratiques de bien-être comprennent les postures, la pratique de la respiration consciente, la relaxation et la vigilance détendue.

Come and join our free yoga sessions !

Forget the stress of everyday life in a positive and dynamic way. Each session includes postures, practices in conscious breathing, reaxation and relaxed alertness.

Nehmen Sie spontan an einer unserer kostenfreien Yoga-Sessions teil !

Schöpfen Sie neue Kraft für Ihren Alltag. Die übungen des Wohlbefindens basieren auf den Elementen Körperhaltung, Atemtechnik, Entspannung und Konzentration.

LUNDI MONDAY MONTAG	MARDI TUESDAY DIENSTAG	MERCREDI WEDNESDAY MITTWOCH	JEUDI THURSDAY DONNERSTAG	VENDREDI FRIDAY FREITAG	SAMEDI SATURDAY SAMSTAG	DIMANCHE SUNDAY SONNTAG
				1	2	3
4	5 17H00 - 17H45	6 17H00 - 17H45	7	8 8H00 - 8H45	9	10
11	12	13	14	15	16 8H00 - 8H45 YOGIC WALKING 9H30 - 11H00	17
18	19 8H00 - 8H45	20 8H00 - 8H45	21 8H00 - 8H45	22	23	24
25	26	27	28	29	30 8H00 - 8H45 YOGIC WALKING 9H30 - 11H00	31



Pour des séances individuelles, merci de contacter:

Kontaktieren Sie für individuelle Yogastunden bitte:

For individual sessions, please contact :

Pascal Papillon +33 (0) 6 07 73 83 82

Yoga instructeur, PhD en Philosophie du Yoga

www.pascal-papillon.com



Lieu de rendez-vous - Treffpunkt - Meeting point
SALON MELANIE / RECEPTION