



ACTEM
CENTRE DE YOGA

L'ÉTÉ 22 AVEC ACTEM !

Stages, cours hebdomadaires & évènements

L'été s'ouvre avec
LES RENCONTRES DU YOGA
Les 1, 2 et 3 juillet

Musique, yoga... pour (re)trouver
et développer votre paix intérieure.

les-rencontres-du-yoga.org

Flyer disponible

STAGES

DU LUN. 04 AU VEN. 08 JUILLET

YOGA ABHYAS & PANCHA KOSHAS
de 8h30 à 12h30

Avec Bindu Madhavi

350 € si inscription avant le 1^{er} juin

400 € si inscription après le 1^{er} juin

Flyer disponible

DU LUN. 04 AU JEU. 07 JUILLET

SHAKTI POWER YOGA 4 cours exceptionnels !

de 19h à 20h15

Avec Bindu Madhavi

Les 4 cours : 70 €

À la séance : 20 €

Flyer disponible

DU LUN. 25 AU JEU. 28 JUILLET

YOGA PILATES

de 18h30 à 20h

Avec Elodie Kieffer

Les 4 cours : 70 €

À la séance : 20 €

Inscription auprès d'Élodie :

elodie.kieffer@hotmail.fr

DU LUN. 22 AU JEU. 25 AOÛT

YOGA - REPRISE EN DOUCEUR

« POSTURES DE BASE »

de 18h30 à 20h

Avec Valerie et Véronique

Les 4 cours : 70 €

À la séance : 20 €

COURS HEBDOMADAIRES

DU LUN. 11 AU VEN. 15 JUILLET

Lundi 11 : de 18h30 à 19h30

Mardi 12 : de 8h30 à 9h30

+ de 12h15 à 13h15

+ de 20h à 21h15

Mercredi 13 : de 18h30 à 19h30

+ de 20h à 21h15

Vendredi 15 : de 9h à 10h

DU LUN. 18 AU VEN. 22 JUILLET

Lundi 18 : de 18h30 à 19h30

Mardi 19 : de 8h30 à 9h30

+ de 12h15 à 13h15

+ de 20h à 21h15

Mercredi 20 : de 18h30 à 19h30

+ de 20h à 21h15

Jeudi 21 : de 7h30 à 8h30

+ de 12h15 à 13h15

Vendredi 22 : de 9h à 10h

DU MAR. 26 AU VEN. 29 JUILLET

Mardi 26 : de 8h30 à 9h30

+ de 12h15 à 13h15

Jeudi 28 : de 7h30 à 8h30

+ de 12h15 à 13h15

Vendredi 29 : de 9h à 10h

DU MAR. 16 AU VEN. 19 AOÛT

Mardi 16 : de 8h30 à 9h30

+ de 12h15 à 13h15

+ de 20h à 21h15

Mercredi 17 : de 18h30 à 19h30

+ de 20h à 21h15

Jeudi 18 : de 7h30 à 8h30

+ de 12h15 à 13h15

Vendredi 19 : de 9h à 10h

DU MAR. 23 AU VEN. 26 AOÛT

Mardi 23 : de 8h30 à 9h30

de 12h15 à 13h15

Jeudi 25 : de 7h30 à 8h30

de 12h15 à 13h15

Vendredi 26 : de 9h à 10h

À NOTER

Les cours de la saison
2021-2022 se termineront
jeudi 30 juin pour
reprendre à la rentrée,
lundi 29 août.

Les cours hebdomadaires
d'été seront donnés par
toute l'équipe d'Actem
Yoga. Ce sont des **cours de**
hatha-yoga tous niveaux.
Ils ont lieu en journée et
le soir (sauf pendant les
stages) : bien regarder le
programme de chaque
semaine !

Pas de cours les 14 juillet
et 15 août.

Pas de zoom pendant l'été.

Fermeture d'Actem Yoga
du 1^{er} au 15 août inclus.

TARIFS COURS HEBDO.

Cours à l'unité : 18 € Forfait
de **5 cours** : 75 €

(valable jusqu'au 26 août)

Forfait de **10 cours*** : 150 €

(valable jusqu'au 26 août)

*Ce forfait ne s'applique
pas aux stages

INFOS & INSCRIPTIONS

Pour les cours et les stages
(sauf stage Yoga Pilates) :
info@actem-yoga.com

