

**Centre de yoga Iyengar**  
**15, Quai de Marans – 17000 LA ROCHELLE**  
[www.iyengar-larochelle.com](http://www.iyengar-larochelle.com)



**Yoga d'été**



**Juillet 2020**

**Août 2020**

**Inscription obligatoire par mail auprès de chaque professeur**  
**Apportez votre matériel : 1 tapis, 2 briques, 1 ceinture**

Lu 29 juin	Ma 30 juin	Me 1 <sup>er</sup> juil	Je 2 juil	Ve 3 juil	Sa 4 juil
		9h45 Fa	9h45 Fa	9h45 Sy	
	12h15 Sy	16h45 Ca			
19h30 Fa		18h30 Ca		14h30 Sy	

Lu 3 août	Ma 4 août	Me 5 août	Je 6 août	Ve 7 août	Sa 8 août
		9h45 Cé	9h45 So		
		18h15 Cé	18h15 So		

Lu 6 juil	Ma 7 juil	Me 8 juil	Je 9 juil	Ve 10 juil	Sa 11 juil
		9h45 Fa	9h45 Fa		
19h30 Fa		18h15 So			

Lu 10 août	Ma 11 août	Me 12 août	Je 13 août	Ve 14 août	Sa 15 août
		9h45 Fa	9h45 Fa		Atelier Fabienne 10h-12h
		18h15 Fa	18h15 Fa	18h15 So	

Lu 13 juil	Ma 14 juil	Me 15 juil	Je 16 juil	Ve 17 juil	Sa 18 juil
		9h45 Sy		9h45 Sy	Atelier Cécile 10h-12h30
				Approt. 2h. Sy 16h30	
		18h15 Sy			

Lu 17 août	Ma 18 août	Me 19 août	Je 20 août	Ve 21 août	Sa 22 août
		9h45 Fa	9h45 Fa		Atelier Fabienne 10h-12h
		18h15 Fa	18h15 Fa	18h15 So	

Lu 20 juil	Ma 21 juil	Me 22 juil	Je 23 juil	Ve 24 juil	Sa 25 juil
		9h45 Cé	9h45 So	9h45 Sy	
18h15 Sy	18h15 Cé	18h15 Sy	18h15 So		

Lu 24 août	Ma 25 août	Me 26 août	Je 27 août	Ve 28 août	Sa 29 août
		9h45 Fa	9h45 Fa		
		18h15 Fa	18h15 Fa		

Lu 27 juil	Ma 28 juil	Me 29 juil	Je 30 juil	Ve 31 juil	Sa 1 <sup>er</sup> août
		9h45 Cé	9h45 So	9h45 Sy	Atelier Cécile 10h-12h30
18h15 Sy	18h15 Cé	18h15 Sy	18h15 So		

<b>Cécile Poyer :</b>	<b>06 81 57 75 41</b>	<a href="mailto:cec.poye@laposte.net">cec.poye@laposte.net</a>
<b>Sophie Jouvelot :</b>	<b>06 09 15 88 80</b>	<a href="mailto:sophie.guerraud@orange.fr">sophie.guerraud@orange.fr</a>
<b>Sylvie Nicolas :</b>	<b>06 76 80 51 12</b>	<a href="mailto:sylvie.nicolas.17@gmail.com">sylvie.nicolas.17@gmail.com</a>
<b>Fabienne Avrillas :</b>	<b>07 82 88 22 05</b>	<a href="mailto:fabienne-avrillas@orange.fr">fabienne-avrillas@orange.fr</a>
<b>Caty Brugère :</b>	<b>06 65 34 39 11</b>	<a href="mailto:catyoga17@yahoo.fr">catyoga17@yahoo.fr</a>

**Tarif :** le cours 15 €

**Atelier :** 2h 20 €  
 2h30 25 €

Le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (RIMYI) à Pune (Inde) a certifié Cécile niveau Junior I.  
 Sylvie, Caty, Fabienne niveau Base II.  
 Sophie est en formation auprès de Lydie Drivière, Présidente du comité technique de l'Association française de yoga Iyengar.