

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



**Yoga d'été**



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

**Juillet 2021**

Lu 5 juil	Ma 6 juil	Me 7 juil	Je 8 juil	Ve 9 juil	Sa 10 juil	Dim 11 juil
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-------------

9h45 JP			9h45 JP	9h45 Sy		
18h15 JP		18h15 Sy	18h15 JP	Approf. 2h. Sy 16h30		

Lu 12 juil	Ma 13 juil	Me 14 juil	Je 15 juil	Ve 16 juil	Sa 17 juil	Dim 18 juil
------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------

	9h45 Sy			9h45 Sy		
18h15 Sy	18h15 Sy					

Lu 19 juil	Ma 20 juil	Me 21 juil	Je 22 juil	Ve 23 juil	Sa 24 juil	Dim 25 juil
------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------

	9h45 So	9h45 Sy	9h45 So	9h45 Sy		
18h15 Sy	18h15 So	18h15 Sy	18h15 So			

Lu 26 juil	Ma 27 juil	Me 28 juil	Je 29 juil	Ve 30 juil	Sa 31 juil	Di 1 <sup>er</sup> août
------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------------------

9h45 JP			9h45 JP			Atelier Cécile 10h-12h30
18h15 JP			18h15 JP			

**Août 2021**

Lu 2 août	Ma 3 août	Me 4 août	Je 5 août	Ve 6 août	Sa 7 août	Di 8 août
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

		7h15 Cé 9h45 Cé	9h45 So		Atelier Fabienne 10h-12h30	
18h15 So	18h15 Cé	18h15 So				

Lu 9 août	Ma 10 août	Me 11 août	Je 12 août	Ve 13 août	Sa 14 août	Dim 15 août
-----------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------

		7h15 Cé 9h45 Cé	9h45 So			Atelier Cécile 10h-12h30
18h15 So	18h15 Cé	18h15 So	Atelier Fa A thème 18h- 20h			

Lu 16 août	Ma 17 août	Me 18 août	Je 19 août	Ve 20 août	Sa 21 août	Dim 22 août
------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------

		7h15 Cé 9h45 Cé	9h45 Fa			Atelier Cécile 10h-12h30
	18h15 Cé	18h15 Fa	Atelier Fa A thème 18h- 20h			

Lu 23 août	Ma 24 août	Me 25 août	Je 26 août	Ve 27 août	Sa 28 août	Dim 29 août
------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------

		7h15 Cé 9h45 Cé	9h45 Fa		Atelier Fabienne 10h-12h30	
	18h15 Cé	18h15 Fa	Atelier Fa A thème 18h- 20h			

[cec.poye@laposte.net](mailto:cec.poye@laposte.net)  
[sylvie.nicolas.17@gmail.com](mailto:sylvie.nicolas.17@gmail.com)  
[fabienne-avrillas@orange.fr](mailto:fabienne-avrillas@orange.fr)  
[sophie.guerraud@orange.fr](mailto:sophie.guerraud@orange.fr)  
[jean-paul.leiva@orange.fr](mailto:jean-paul.leiva@orange.fr)

**06 81 57 75 41**  
**06 76 80 51 12**  
**07 82 88 22 05**  
**06 09 15 88 80**  
**06 71 09 90 34**

**Cécile Poyer :**  
**Sylvie Nicolas :**  
**Fabienne Avrillas :**  
**Sophie Jouvelot :**  
**Jean-Paul Leiva-Cuesta :**

**Tarif :** le cours  
15 euros

**Atelier** 2h  
20 euros  
2h30  
25 euros

Le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (RIMYI) à Pune (Inde) a certifié Cécile niveau Junior 2  
 Sylvie, Caty, Fabienne, Sophie, Jean-Paul niveau Base 2