



Lundi



Mardi



Mercredi



Jeudi



Vendredi



Dimanche

18h15 

Tantra
Hatha yoga
(Dax & en ligne)

9h 

**Yoga plage
(Hossegor)**

10h15

Tantra
Hatha yoga
(Dax)

18h 

Méditation &
Pranayamas
(En ligne)

12h15 

**Atelier en
ligne:** Gestion
émotions
(En ligne)

18h30 



Yin & Yoga
nidra
(Dax & en ligne)

9h 

**Yoga plage
(Hossegor)**

12h15

Yin yang
avec Angie
(Dax)

9h30

**YOGA
BRUNCH**

Plage
Hossegor

 **Cours
retranscrits
en ligne**

Cours à hossegor avec
Mayana

Cours à Dax avec
mayana