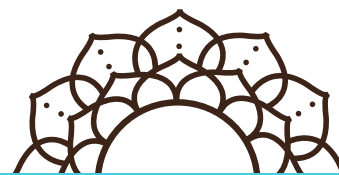




Saison 2026-2027



Cours hebdomadaires

*Cours hebdomadaires de septembre à juin hors vacances scolaires
Cours d'essai gratuit sur réservation*

Yoga et relaxation

Le mardi de 10h à 11h15 – Guillestre (Dojo)
Le mardi de 16h à 17h15 – Vallouise (Parcher)
Le jeudi de 10h à 11h15 – Eyglers (Mille Club)

Yoga sur chaise

Le mercredi de 10h à 11h15 – Eyglers (Mille Club)

Relaxation et yoga doux

Le jeudi de 14h45 à 16h - Eyglers (Mille Club)

Yoga et périnatalité

Le mercredi de 15h à 16h - Eyglers (Mille Club)

Yoga détente

Le mercredi de 18h30 à 19h45 à Eyglers (Mille Club)

Ateliers mensuels

Atelier d'approfondissement

1 samedi/mois de 10h à 11h30 - Guillestre

Atelier Yoga en famille

Atelier Yoga parent(s)-bébé

Sur demande dans le Guillestrois

Ateliers spécifiques à thème

Dates et programme sur le site.



Nathalie Epinat-Lang (06.04.41.37.29 / contact@arbredegestes.com)

www.arbredegestes.com

Facebook et Instagram