

Le Yoga s'adresse à tous :

Gardez et retrouvez votre vitalité,
Maîtrisez votre stress,
Apprenez à vous relaxer,
Développez votre concentration.
Le Yoga c'est l'art de se construire
Et de tendre vers un équilibre stable et harmonieux.

LIEUX :

DOLOMIEU :
Salle des réunions, place de l'Eglise.

LA TOUR DU PIN :
Centre de Yoga Turripinois
Rue Savoyat

CESSIEU :
Salle multi-activité du Colombier,
A l'entrée du terrain de foot.

VEYRINS :
Salle du foyer, place de la mairie.

Pour tous renseignements, inscriptions :

Tél : 04.74.97.37.17

L.Henrion, C. Zarb

centreyogaturripinois@gmail.com

site : yogaturripinois.jimdo.com

Ne pas jeter sur la voie publique

Planning

LUNDI		
	8h45	Dolomieu
	14h	Cessieu
	18h	La Tour du Pin
	20h15	Veyrins
MARDI		
	9h	Cessieu
	18h	Cessieu
	20h15	La tour du Pin
MERCREDI		
	18h	Dolomieu
	20h	Dolomieu
JEUDI		
	8h45	Dolomieu
	18h	La Tour du Pin
	20h	La Tour du Pin
Vendredi	5 h et 20 h	Méditations

AUTRES ACTIVITES

Journée visite : Musée ou Monastère

Journées Yoga

Stage de Yoga (Trois jours)

Journée Do-In , Equilibre énergétique.

Journée détente

Méditations (2 ans de pratique de Yoga)

Yoga

Dans votre village
Dans votre quartier



Professeurs Diplômées
du Centre d'Etude des Yogas Traditionnels