

Ateliers YOGA

guidés par **Sophie Lambert**
professeur diplômée de l'Institut Français de Yoga (IFY)

au bois de Flamanville (pratique extérieure)

à 14h (durée 2h)

**Samedis 16 septembre 2023, 14 octobre 2023,
13 avril 2024, 25 mai 2024 et 22 juin 2024**



aux Grands Jardins du Theil (pratique en salle)

à 10h (durée 2h)

**Samedis 18 novembre 2023, 16 décembre 2023,
13 janvier 2024, 17 février 2024 et 16 mars 2024**

Tarifs : 150€ les 10 ateliers ou 20€/atelier

+ adhésions : IFY 15€ - Les Grands Jardins du Theil 10€.

Renseignements & inscriptions :

06.63.17.60.83 / sojuillard@wanadoo.fr



<https://www.ify.fr/>

<https://lesgrandsjardinsdutheil.fr/>