

# 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://lesgrandsjardinsduthel.fr/>