



## PLANNING ETE 2024

## PLANNING ETE 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p>Juillet &amp; août 08h30 -09h30</p> <p><b>Qi Gong</b> Jeanne Lantenois <b>06 32 20 38 32</b> (au CNA Plan d'eau Embrun)</p>	<p>Juillet &amp; août 08h30 -09h30</p> <p><b>Qi Gong</b> Jeanne Lantenois 06 32 20 38 32 (au Camping Les Grillons la Madeleine)</p>	<p>En juillet 09h - 10h15</p> <p><b>Hatha Yoga</b> Elsa MULDER 06 76 64 32 14  au Yoga Shala</p>	<p>Juillet &amp; août 09h -10h15</p> <p><b>Vinyasa Yoga</b> Chloe HELSEN <b>06 70 74 90 13</b>  au Yoga Shala</p>	<p>Juillet &amp; août 08h -09h</p> <p><b>Qi Gong</b> Jeanne Lantenois 06 32 20 38 32 (Camping Les Eyguoires Savines)</p>	<p>Le 13 juillet &amp; Le 17 août 09h30 – 12h</p> <p><b>Qi Gong</b> Emilie LARDON <b>06 85 43 18 63</b>  au Yoga Shala</p>	<p>En juillet (pas de cours en août) <b>17 :00 – 18 :15</b></p> <p><b>Yin Yoga &amp; Méditation</b> Elsa MULDER <b>06 76 64 32 14</b>  au Yoga Shala</p>
<p>Du 18 juillet au 23 août 10h -11h</p> <p><b>Stretching Postural</b> Isabelle TRIDON <b>06 81 20 92 54</b>  au Yoga Shala</p>	<p>Juillet &amp; août <b>12h15 -13h15</b></p> <p><b>Yoga Tune Up®</b> Sylvie CARBONNIER <b>06 76 96 60 74</b>  au Yoga Shala</p>	<p>En août 08h30 -09h30</p> <p><b>Hatha Yoga</b> Elsa MULDER <b>06 76 64 32 14</b> (au Camping La vieille ferme)</p> <p>Juillet &amp; août 08h -09h</p> <p><b>Sophrologie</b> Sandrine Haumesser 06 11 57 30 22 (au camping Le Grand Large Savines)</p>	<p>Du 18 juillet au 23 août 10h -11h15</p> <p><b>Nordic Yoga®</b> Isabelle TRIDON <b>06 81 20 92 54</b> (départ au parking Intersport Embrun)</p>	<p>Juillet &amp; août 08h30 -09h30</p> <p><b>Sophrologie</b> Sandrine Haumesser 06 11 57 30 22 (au CNA Plan d'eau Embrun)</p> <p>Du 18 juillet au 23 août 10h -11h</p> <p><b>Pilates</b> Isabelle TRIDON <b>06 81 20 92 54</b>  au Yoga Shala</p>		