

**Centre de yoga Iyengar®**  
**15, Quai de Marans – 17000 LA ROCHELLE**

[www.iyengar-larochelle.com](http://www.iyengar-larochelle.com)



**Yoga d'été**



**Juin-Juillet 2023**

Lu 26 juin	Ma 27 juin	Me 28 juin	Je 29 juin	Ve 30 juin	Sa 1 <sup>er</sup> juil	Dim 2 juil
9h45 So	9h45 So	9h45 So	9h45 So	Atelier Fa A thème 10h-12h		
18h30 So	18h30 So		18h30 So	18h00 So		

Lu 3 juil	Ma 4 juil	Me 5 juil	Je 6 juil	Ve 7 juil	Sa 8 juil	Dim 9 juil
	9h45 JP	9h45 Sy	9h45 JP	9h45 Sy		
	18h15 JP	18h15 Sy	18h15 JP	Approf. 2h. Sy 16h30		

Lu 10 juil	Ma 11 juil	Me 12 juil	Je 13 juil	Ve 14 juil	Sa 15 juil	Dim 16 juil
9h45 JP		9h45 Sy	9h45 JP	9h45 Sy		
18h15 JP	18h15 Sy	18h15 Sy	18h15 JP			

Lu 17 juil	Ma 18 juil	Me 19 juil	Je 20 juil	Ve 21 juil	Sa 22 juil	Dim 23 juil
9h45 JP		9h45 Sy	9h45 JP	9h45 Sy		
18h15 JP	18h15 Sy	18h15 Sy	18h15 JP			

Lu 24 juil	Ma 25 juil	Me 26 juil	Je 27 juil	Ve 28 juil	Sa 29 juil	Di 30 juil
9h45 JP			9h45 JP			
18h15 JP			18h15 JP			

**Août 2023**

Lu 31 juil	Ma 1 <sup>er</sup> août	Me 2 août	Je 3 août	Ve 4 août	Sa 5 août	Di 6 août
	9h45 So	9h45 So	9h45 So	9h45 So	Atelier Sophie 10h-12h	
	18h30 So		18h30 So			

Lu 7 août	Ma 8 août	Me 9 août	Je 10 août	Ve 11 août	Sa 12 août	Dim 13 août
9h45 So	9h45 So	9h45 So	9h45 So	9h45 So	Atelier Sophie 10h-12h	
18h30 So	18h30 So		18h30 So			

Lu 14 août	Ma 15 août	Me 16 août	Je 17 août	Ve 18 août	Sa 19 août	Dim 20 août
	Atelier Fa A thème 10h-12h					
			Atelier Fa A thème 18h-20h			

Lu 21 août	Ma 22 août	Me 23 août	Je 24 août	Ve 25 août	Sa 26 août	Dim 27 août
		Atelier Fa A thème 10h-12h				
			Atelier Fa A thème 18h-20h			

Lu 28 août	Ma 29 août	Me 30 août	Je 31 août	Ve 1 <sup>er</sup> sept	Sa 2 sept	Dim 3 sept
		Atelier Fa A thème 10h-12h				
			Atelier Fa A thème 18h-20h			

**Inscrivez-vous  
auprès  
de chaque professeur**

[06 81 57 75 41 — cec.poye@gmail.com](mailto:cec.poye@gmail.com)  
[06 76 80 51 12 — sylvie.nicolas.17@gmail.com](mailto:sylvie.nicolas.17@gmail.com)  
[07 82 88 22 05 — fabienne-avrillas@orange.fr](mailto:fabienne-avrillas@orange.fr)  
[06 09 15 88 80 — sophie.guerraud@orange.fr](mailto:sophie.guerraud@orange.fr)  
[06 71 09 90 34 — jean-paul.leiva@orange.fr](mailto:jean-paul.leiva@orange.fr)

**Cécile Poyer :**  
**Sylvie Nicolas :**  
**Fabienne Avrillas :**  
**Sophie Jouvelot :**  
**Jean-Paul Leiva-Cuesta :**

**Tarif :** le cours  
15 euros

**Atelier** 2h  
20 euros  
2h30  
25 euros

Le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (RIMYI) à Pune (Inde) a certifié Cécile niveau 2,  
Sylvie, Fabienne, Sophie, Jean-Paul niveau 1.