

PLANNING 2025-2026

Lundi

En SALLE Lyon 1er

Yoga 65mn
19H55-21H00

Mardi

En LIGNE Zoom

Yoga 65mn
19H30-20H35

Mercredi

En SALLE Lyon 1er
Yoga 65mn

17H30-18H35
&
19H00-20H05

Notes

- Méditation en salle
le 3ème Vendredi
du mois,
voir site

** Yoga 90mn en Ligne
1 samedi tous les 15 j.
voir site

Jeudi

Vendredi

En LIGNE Zoom
Yoga/Chaise 30mn
12H30-13H00

En SALLE Lyon 1er *
Méditation 70mn
18H30-19H40

Samedi

En LIGNE Zoom**

Yoga 90mn
9H15-10H45

1 samedi / 2

Les cours en LIGNE sont
en Live et en Replay

Salle à Lyon 1er
Hôtel de Ville