



SEMAINE PORTES OUVERTES

ESPACE HIMALAYA SALLANCHES



DU
9 AU 13
SEPT

LUNDI

YOGA PRENATAL | 9H30-11H
avec Déborah

RELAXATION SONORE | 18H15-19H
avec Lucile

YOGA CHINOIS | 19H30-20H45
avec Dominique

JEUDI

DANSE LIBRE & SOPHROLOGIE | 8H45-10H
avec Charlotte

CHANT PRENATAL | 10H30-11H30
avec Sunil & Isabelle

BAIN SONORE | 12H30-13H30
avec Sunil

YOGA LENT & RELAXANT | 18H-19H15
avec Diane

YIN YOGA & BAIN SONORE | 19H30-20H45
avec Isabelle

MARDI

VINYASA YOGA | 10H-11H15
avec Diane

YOGA CHINOIS | 11H30-12H30
avec Dominique

YIN YOGA | 12H30-13H30
avec Isabelle

VINYASA YOGA | 18H-19H15
avec Diane

YIN YOGA & BAIN SONORE | 19H30-20H30
avec Sunil

Les infos!

WWW.ESPACEHIMALAYA.COM



MERCREDI

YOGATHERAPIE BIOENERGIE & ONDES SCALAIRES | 8H-11H

avec Linda

YOGA SUR CHAISE | 11H15-12H15
avec Linda

HATHA VINYASA YOGA | 12H30-13H45
avec Diane

YOGA PARENT ENFANT | 16H30-17H30
avec Blandine

MEDITATION GUIDEE AU TAMBOUR | 18H-19H
avec Laetitia

YOGA CHINOIS | 19H30-20H45
avec Dominique

VENDREDI

DANSE LIBRE & SOPHROLOGIE | 8H45-10H
avec Charlotte

YOGA SUR CHAISE | 10H15-11H15
avec Linda

APÉRO-CONCERT

OUVERT A TOUS*

Apporter une boisson sans alcool ou un snack végétarien à partager!

Pour réserver envois un sms au professeur

**SÉANCE DÉCOUVERTE
A 5€ (SUR RÉSERVATION)**

**12, RUE DU FAUCIGNY
SALLANCHES (74)**

ISABELLE / 06.29.22.28.00
SUNIL / 06.46.58.34.44
DOMINIQUE / 06.29.49.91.60
DIANE / 06.78.75.61.95
LINDA / 06.83.38.33.22
BLANDINE / 06.24.78.25.22
CHARLOTTE / 06.14.99.10.30
DÉBORAH / 07.86.02.32.46
LUCILE / 06.15.65.95.82
LAËTITIA / 06.89.88.79.67