

PARTICIPEZ DE CHEZ VOUS

GRÂCE AUX DIRECTS EN LIGNE

Impossible de venir en cours de yoga ou Pilates ?

Suivez les cours d'Aubusson et de Yin à Ananta en direct sur zoom !

Participation : 6 € le cours



PRATIQUEZ AVEC MOI EN VIDÉO

VIA MON SITE WEB

Déroulez régulièrement votre tapis en suivant mes cours de yoga et pilates en vidéos. Des pratiques de 20 à 30 minutes pour prendre soin de vous facilement.



RDV sur

www.studio.anantayoga.net

Cindy Gagnier



Centre Ananta

Yoga, Pilates,
Massages holistiques



Cindy Gagnier

*Le Puy du Faux
23190 Saint Silvain Bellegarde*
www.anantayoga.net
06 86 03 99 71
cindygagnier yoga@gmail.com

Enseignante professionnelle de yoga depuis plus de 20 ans, Cindy est une exploratrice intérieure. Elle est passionnée par la connaissance du corps et de l'esprit. Elle a à cœur de vivre une vie consciente et de partager son expérience et savoir avec simplicité, humour, clarté et authenticité.

Cours d'été

YOGA PILATES

MAI, JUIN, JUILLET, AOÛT



AUBUSSON
CHAMPAGNAT
BELLEGARDE
EN LIGNE

**PRENDRE SOIN DE SOI TOUTE
L'ANNÉE C'EST POSSIBLE
GRÂCE AUX COURS D'ÉTÉ**



Durant les mois de belle saison, les cours continuent avec un programme de cours en salle réduit et l'accès **sans engagement** aux cours. Les cours se paient à la séance.

Une façon pour vous permettre de continuer à pratiquer et prendre soin de vous de manière flexible et selon vos disponibilités de l'été.

Les cours sont ouverts à tous, novices, débutants et plus avancés. Les pratiques incluent tous les niveaux.

CHAMPAGNAT - Pilates - LUNDI 9h

AUBUSSON - Pilates - LUNDI 18h15
Hatha Yoga - LUNDI 19h30

BELLEGARDE - Hatha Yoga - MARDI 18h30
Yin Yoga - MERCREDI - 18h

LE CALENDRIER DES COURS

Champagnat ■ Aubusson ■ Bellegarde ■

MAI

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUIN

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JUILLET

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AOÛT

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

**COURS À LA CARTE SUR
SIMPLE INSCRIPTION**

*Pour participer à un cours,
contacter Cindy
pour réserver votre place*

cindygagnieryoga@gmail.com

06 86 03 99 71

Tarif : 10€ le cours

*à Aubusson, une participation supplémentaire
de 20 à 50 cts vous sera demander pour le lieu.*