

# YOGA

## AU POLE SANTE BREUER

	début	fin	Cours
Lundi	12h25	13h30	ASHTANGA
Mardi	10h55	12h00	YOGA
Jeudi	9h45	10h45	YOGA
	10h55	12h00	ASHTANGA
vendredi	19h00	20h00	YOGA (Florence)
	12h25	13h30	ASHTANGA
samedi	13h40	14h45	YOGA
	10h25	11h30	ASHTANGA
ASHTANGA	yoga dynamique favorisant l'activité cardio-vasculaire, musculaire et viscérale		
YOGA	pratique douce favorisant la gestion du stress, la concentration, la méditation		
<i>Enseignant, Formateur :</i>	<i>Nicolas TRUFFART</i>	<i>Diplômé de l'Ecole Française d'Ashtanga Yoga</i>	
		<i>Ostéopathe</i>	
<i>Enseignant</i>	<i>Florence LAGGI</i>	<i>Diplômé de l'Ecole Nationale des Professeurs de Yoga</i>	
Tarifs :	1 heure de cours : 10 €		
	Carte 10 heures de cours : 80 €		
CONTACT	TEL : 06 22 69 15 28		
	e-mail : <a href="mailto:yoga@nicolas-truffart.pro">yoga@nicolas-truffart.pro</a>		
	web : <a href="https://nicolas-truffart.pro">https://nicolas-truffart.pro</a>		
ADRESSE	5 TER AVENUE DE JOUANDIN , Pôle santé Breuer, 64000 Bayonne		