SEANCES DE YOGA GRATUITES

NOVEMBRE / NOVEMBER 2026

Envie de vous ressourcer ? Les pratiques de bien-être comprennent les postures, la pratique de la respiration consciente, la relaxation et la vigilance détendue.

Come and join our free yoga sessions !

Forget the stress of everyday life in a positive and dynamic way. Each session includes postures, practices in conscious breathing, reaxation and relaxed alertness.

Nehmen Sie spontan an einer unserer kostenfreien Yoga-Sessions teil !

Schöpfen Sie neue Kraft für Ihren Alltag. Die übungen des Wohlbefindens basieren auf den Elementen Körperhaltung, Atemtechnik, Entspannung und Konzentration.

LUNDI MONDAY MONTAG	MARDI TUESDAY DIENSTAG	MERCREDI WEDNESDAY MITTWOCH	JEUDI THURSDAY DONNERSTAG	VENDREDI FRIDAY FREITAG	SAMEDI SATURDAY SAMSTAG	DIMANCHE SUNDAY SONNTAG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	**13** **8H00 - 8H45**	**14** **8H00 - 8H45**	**15** **8H00 - 8H45**
16	17	18	19	**20** **8H00 - 8H45**	**21** **8H00 - 8H45** **YOGIC WALKING** **10H00 - 11H30**	22
23/30	**24** **8H00 - 8H45**	**25** **8H00 - 8H45**	**26** **8H00 - 8H45** **18H00 -19H00** **19H00 - 20H00**	27	28	29

Pour des séances individuelles, merci de contacter

Kontaktieren Sie für individuelle Yogastunden bitte - For individual sessions, please contact

Pascal Papillon : +33 (0) 6 07 73 83 82

Yoga instructeur, PhD en Philosophie du Yoga • www.pascal-papillon.com

Lieu de rendez-vous - Treffpunkt - Meeting point - SALON MELANIE / RECEPTION

DESTINATION CHÂTEAU de POURTALÈS
Hotel • Conference • Events