



ATELIERS & STAGES DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2026

SEPTEMBRE

11 septembre

Cercle de femmes

ouverture de la saison
se connecter à la Femme qui vit en
nous.
(19h30- 21h30)

26 septembre

Journée de stage : base du yoga

salutation au soleil, le souffle yogi,
hatha et yin yoga.
(9h - 16h30)

OCTOBRE

9 octobre

Atelier mensuel :
pause mentale - reset post
rentrée
(20h-21h30)

NOVEMBRE

6 novembre

Cercle de femmes

connexion à l'énergie yin qui circule
en moi
(19h30 - 21h30)

7 novembre (à confirmer)

Journée de stage : yoga &

médecine chinoise

(avec intervenante MTC)
(9h-15h)

20 novembre

Atelier mensuel :
Cocon d'hiver : énergie yin
(20h - 21h30)

DÉCEMBRE

4 décembre

Cercle de femmes

clôture de l'année 2026
(intention & rituel)
(19h30 - 21h30)

3 janvier

Atelier mensuel :

détox après fêtes

(corps & esprit)
(10h-11h30)



Stage yoga et thématique



Cercle de femmes - 2h - 20€



Atelier mensuel avec thématique - 1h30 - 20€