

# Stage de yoga au bord de mer

Avec **Marie Daouphars** diplômée FNEY - enseigne le Yoga depuis 1985  
du 19 août 2023 à 16h au 27 août 2023 à 10h ( 8 nuits)

Domaine de La Dune – 156 bd de la Côte-d'Argent – 33120 ARCACHON

Tél : 05 56 83 80 65

ladune-arcachon.fr

## Planning :

**A noter : tous les jours de 7h30 à 8h30 : petit déjeuner**

<b>Samedi 19/08/2023</b>	16h	Mise à disposition des chambres
	19h30	Dîner
	20h30 - 22h30	Yoga
<b>Dimanche 20/08/2023</b>	10 h - 12 h	Yoga
	12 h	Déjeuner
	18 h - 19h30	Yoga
	19h30	Dîner
<b>Lundi 21/08/2023</b>	10 h - 12 h	Yoga
	12 h	Déjeuner
<b>Mardi 22/08/2023</b>	17h30 – 19h30	Yoga
<b>Mercredi 23/08/2023</b>	10 h - 12 h	Yoga
	12 h	Déjeuner
	18 h - 19h30	Yoga
	19h30	Dîner
<b>Jeudi 24/08/2023</b>	10 h - 12 h	Yoga
<b>Vendredi 25/08/2023</b>	10 h - 12 h	Yoga
	12 h	Déjeuner
	18 h - 19h30	Yoga
	19h30	Dîner
<b>Samedi 26/08/2023</b>	Journée libre	
<b>Dimanche 27/08/2023</b>	10 h	Libération des chambres et départ

**Le stage est ouvert aux pratiquants de tous niveaux, du débutant au confirmé**