

Stage de yoga au bord de mer

Avec **Marie Daouphars** diplômée FNEY - enseigne le Yoga depuis 1985
du 1^{er} juillet 2023 à 16h au 9 juillet 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

Samedi 01/07/2023	16h : Mise à disposition des chambres
	19h30 : Dîner
	20h30 - 22h30 : Yoga
Dimanche 02/07/2023	10 h - 12 h : Yoga
	12 h : Déjeuner
	18 h - 19h30 : Yoga
	19h30 : Dîner
Lundi 03/07/2023	10 h - 12 h : Yoga
	12 h : Déjeuner
Mardi 04/07/2023	17h30 – 19h30 : Yoga
Mercredi 05/07/2023	10 h - 12 h : Yoga
	12 h : Déjeuner
	18 h - 19h30 : Yoga
	19h30 : Dîner
Jeudi 06/07/2023	10 h - 12 h : Yoga
Vendredi 07/07/2023	10 h - 12 h : Yoga
	12 h : Déjeuner
	18 h - 19h30 : Yoga
	19h30 : Dîner
Samedi 08/07/2023	Journée libre
Dimanche 09/07/2023	10 h : Libération des chambres et départ

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