

WEEKLY

2024 Updated/mis à jour 30/10/24

Classes

Avec Nathalie Dubren

WELLNESS-STUDIO

Cours de Yoga

Dojo Entre Terre & Ciel
10 Chemin de Dessous des Crêts,
74 200 Thonon-Les-Bains

Soins Énergétiques et massages

12 Place des Arts, (2ème étage)
74200 Thonon-Les Bains

YOGA, PILATES & STRETCHING DU BIEN-ÊTRE

VINYASA YOGA - *Yoga fluide et méditatif en mouvement*
YIN YOGA QI FLOW - *Étirements assis et allongés des
méridiens accompagnés de mouvements doux du Qi-gong*
QI-GONG - *Mouvements thérapeutiques doux de l'énergie*
PILATES FLUIDE - *Renforcement musculaire*

MERCREDI @ DOJO

SLOW FLOW VINYASA YOGA
18H45 - 19H35

YIN YOGA QI GLOW
19H50 - 20H40

DIMANCHE SUR LES BORDS DU LAC

WINTER YOGA
11H-11H45 | 10€

Contactez-moi pour obtenir l'adresse
chaque dimanche. Merci

CONTACT & RÉSERVATION

Tel: 06 65 78 54 52

Email: nathalie@wellness-studio.fr

JEUDI COURS EN-LIGNE

PILATES FLUIDE
17H35-18H30 | 12€

SLOW FLOW VINYASA YOGA
18H45 - 19H40 | 12€

YIN YOGA QI FLOW
19H45-20H40 | 12€

TARIF DOJO

TARIF COURS COLLECTIF (DOJO)
1 cours: 18 €

4 COURS VALABLE 1 MOIS (DOJO)
4 cours: 64€ (16.25 €/cours)

TARIF DÉCOUVERTE (DOJO)
1 cours: 12€

CONTACT & RÉSERVATION

Tel: 06 65 78 54 52

Email: nathalie@wellness-studio.fr