Les Grandes Terres

PLANNING DES ACTIVITES HEBDOMADAIRES
septembre 2026 - juin 2027

MAJ: 26/08/26

Salle	LUNDI RDC SANGHA	LUNDI 2e GAMPOPA	LUNDI PETIT TEMPLE	MARDI RDC SANGHA	MARDI 2e GAMPOPA	MARDI PETIT TEMPLE	MERCREDI RDC SANGHA	MERCREDI 2e GAMPOPA	MERCREDI PETIT TEMPLE	JEUDI RDC SANGHA	JEUDI 2e GAMPOPA	JEUDI PETIT TEMPLE	VENDREDI RDC SANGHA	VENDREDI 2e GAMPOPA	VENDREDI PETIT TEMPLE	WE Salle
06:00	MEDITATION Session libre (Zoom)															ATELIERS - STAGES - EVENEMENTS PRATIQUES ET ENSEIGNEMENTS PONCTUELS
07:00														HATHA YOGA VINIYOGA Mylène Agusti 7h00 - 8h15		
08:00		VINYOGA Corinne Cauquil Mourichoux 8h45 - 10h15			HATHA YOGA Catherine Ballarin 8h15 - 9h30						KUNDALINI YOGA Sophie Castaldi 8h00 - 09h15			YOGA POSTANATAL Bébé bienvenus Mylène Agusti 8h45 - 10h15		
09:00								Formation Méditation pleine conscience Tatiana Raitif 9h00-11h30			GYM TAO Geraldine Lepesant 9h30 - 10h45					
10:00		HATHA YOGA Sylvie Valero 10h30 - 12h00			HATHA YOGA Catherine Ballarin 10h00 - 11h15									HATHA YOGA Pauline de St Hilaire 10h50 - 11h50		
11:00											QI GONG Geraldine Lepesant 11h - 12h15					
12:00		KUNDALINI YOGA Lydia LL 12h15 -13H45			YINYASA Agnès Montjarret 12h30 - 13h45			ASHTANGA VINYASA YOGA Sandra Soares 12h30 - 13h30				MEDITATION GUIDEE 12h30 - 13h30		YOGA VINYASA Agnès Montjarret 12h15 - 13h30		
13:00																
14:00		HATHA YOGA & YOGALATES Ivana Bavoux 14h30 - 15h45						HATHA YOGA & YOGALATES Ivana Bavoux 14h30 - 15h45							ETUDE DE TEXTE 14h - 15h30	
15:00																
16:00											HATHA YOGA Marie Erome 16h00 - 18h00					
17:00								YIN YOGA Sabine Courbière 17h45 - 19h00								
18:00	Qi Gong Yvan Cordier 18h30 - 20h00	TAI CHI Tai Chi Lyon 18h30 - 20h00	QUESTIONS/REPONSES 18h00 - 19h00	QI GONG Géraldine Lepesant 18h30 - 19h45	NATHA YOGA Tatiana Raitif 18h15 - 19h30	MEDITATION GUIDEE 18h00 - 19h00	NATHA YOGA Tatiana Raitif 18h30 - 19H45	HATHA YOGA Sabine Courbière 19h15 - 20h30	ETUDE DE TEXTE 18h - 19h30	HATHA YOGA Isabelle Demolière 18h15 - 19h45	HATHA YOGA Catherine Ballarin 18h15 - 19h30	MEDITATION GUIDEE 18h - 19h		PILATES Sandra Soares 17h45 - 18h30		
19:00			MEDITATION GUIDEE 19h15 - 20h15	YIN & SOUND YOGA Sandra Soares 19h45 - 21h15	KUNDALINI YOGA Lydia LL 19h45 - 21h15	TCHENREZI 19h15 - 20h15				HATHA YOGA Isabelle Demolière 19h45 - 21h15	HATHA YOGA Catherine Ballarin 19h45 - 21h00	TCHENREZI 19h15 - 20h15		HAPPY HEALING YOGA Sandra Soares 18h30 - 19h45		
20:00		TAI CHI Tai Chi Lyon 20h00 - 21h30														
21:00																

ATELIERS - STAGES - EVENEMENTS : SUR LE SITE INTERNET ET DANS LA COURS INTERIEURE