PROGRAMME DES ATELIERS

Mars

ESPACE SPA
SENTŌ
BENTŌ
RESTAURANT

PROGRAMME DES ATELIERS

de la semaine

du 11 au 14 Mars

Mercredi 11 Mars

18h30 - 19h30 — **YOGATHÉRAPIE**
Aurélie - 12€ la séance

Jeudi 12 Mars

15h - 16h — **COURS DE PILATES**
Cécile - 12€ la séance

18h30 - 19h30 — **YOGATHÉRAPIE**
Aurélie - 12€ la séance

Vendredi 13 Mars

10h - 11h — **KUNDALINI YOGA**
Guillaume - 15€ la séance

Samedi 14 Mars

9h45 - 11h — **SOPHRO-COACHING**
Céline - 15€ la séance

RÉSERVATIONS AUPRÈS DES ANIMATEURS

Contacts en description

PROGRAMME DES ATELIERS

de la semaine

du 17 au 21 Mars

Mardi 17 Mars	15h - 16h	**STRECHING ET MOBILITÉ** Aurore - 15€ la séance
	18h - 19h	**BOUGE. RESPIRE. RÉVEILLE.** Amélie - 12€ la séance
Mercredi 18 Mars	18h30 - 19h30	**YOGATHÉRAPIE** Aurélie - 12€ la séance
Jeudi 19 Mars	18h30 - 19h30	**YOGATHÉRAPIE** Aurélie - 12€ la séance
Vendredi 20 Mars	10h - 11h	**KUNDALINI YOGA** Guillaume - 15€ la séance
Samedi 21 Mars	9h45 - 11h	**SOPHRO-COACHING** Céline - 15€ la séance

RÉSERVATIONS AUPRÈS DES ANIMATEURS

Contacts en description

PROGRAMME DES ATELIERS

de la semaine
du 24 au 28 Mars

Mardi 24 Mars	15h - 16h	**STRECHING ET MOBILITÉ** Aurore - 15€ la séance
	18h - 19h	**BOUGE. RESPIRE. RÉVEILLE.** Amélie - 12€ la séance
Mercredi 25 Mars	18h30 - 19h30	**YOGATHÉRAPIE** Aurélie - 12€ la séance
Jeudi 26 Mars	10h - 11h	**RESPIRATION, YOGA, MÉDITATION** Yumi - 15€ la séance
	15h - 16h	**COURS DE PILATES** Cécile - 12€ la séance
	18h30 - 19h30	**YOGATHÉRAPIE** Aurélie - 12€ la séance
Vendredi 27 Mars	10h - 11h	**KUNDALINI YOGA** Guillaume - 15€ la séance
Samedi 28 Mars	9h45 - 11h	**SOPHRO-COACHING** Céline - 15€ la séance

RÉSERVATIONS AUPRÈS DES ANIMATEURS

Contacts en description

RÉSERVATIONS DIRECTEMENT AUPRÈS DES INTERVENANTS

Aurélie
06.43.08.57.98
aureliebonam@gmail.com

Céline
06.85.95.02.58
debax.celine@orange.fr

Aurore
07.50.92.47.94
aur.ber1221@gmail.com

Amélie
06.50.51.62.34

Cécile
06.68.71.58.16
pmcsenes@gmail.com

Yumi
06.73.23.10.66
(par SMS uniquement)
yumi0371@gmail.com

Guillaume
06.84.49.58.52
guillaume.marsal33@gmail.com

L'établissement SENTÔ BENTÔ ne peut être tenu responsable des agissements des animateurs intervenant dans les ateliers proposés, ceux-ci utilisant uniquement l'espace de pratique que nous mettons à disposition.