



Accompagnement & Planning des cours Janvier à Juin 2025



Cours & Ateliers chez Oshadi Yoga



Cours Hatha Yoga

- Ouvert à tous
- Pratiques posturales en statique et en mouvement, travaille respiratoire (pranayama, kriyas), méditation, relaxation

Ateliers

- Yin Yoga
- Vinyasaga Yoga
- Ateliers en extérieur aux beaux jours
- Approfondissement du yoga

Marie Nicolini  06.61.23.58.59

 contact@oshadiyoga.fr



@oshadiyoga



@oshadiyoga.fr

Les mercredis à Saint-Malo-de-Beignon

- de 19h30 à 20h30
- RDV à la Salle des fêtes, mairie
- Sur inscription

Les jeudis à Saint Thurial

- de 18h30 à 19h30

ET

- de 19h45 à 20h45
- RDV chez Popote et Papote,
6 Rue de l'Église, 35310 Saint-Thurial
- Sur inscription : places limitées

Planning des cours

Marie Nicolini  06.61.23.58.59

 contact@oshadiyoga.fr



@oshadiyoga



@oshadiyoga.fr

Accompagnement en individuel

Cours à domicile ou en visio

- Séance personnalisée
- Selon ton rythme et tes besoins
- Un accompagnement dans la bienveillance et à l'écoute

Contacte moi pour prendre rendez-vous

Marie Nicolini  06.61.23.58.59

 contact@oshadiyoga.fr



@oshadiyoga



@oshadiyoga.fr