



Yoga de l'Energie et Santé

MARDI matin 11h00 - 12h15 en FR/EN et après-midi 17h15 - 18h30 en FR / EN
 à Meiser = salle Art Déco au REZ avec jardin privatif / Australie au 2ème étage de Le Héron Bleu,
 Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek
 à MONTGOMERY = REZ avec jardin privatif, Rue André Fauchille 3A, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	19 Sep 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	5 Mar 2024 B
2	26 Sep 2023	28 Dec 2023 B, EU, BSB	7 Mar 2024 B
3	3 Oct 2023	2 Jan 2024 B, EU, BSB	12 Mar 2024
4	10 Oct 2023	9 Jan 2024	19 Mar 2024
5	17 Oct 2023	16 Jan 2024	26 Mar 2024 EU, BSB
6	24 Oct 2023 B	23 Jan 2024	2 Apr 2024 EU, BSB
7	31 Oct 2023 B, EU, BSB	30 Jan 2024	9 Apr 2024
8	7 Nov 2023 EU	6 Feb 2024	16 Apr 2024
9	14 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	23 Apr 2024
10	21 Nov 2023	20 Feb 2024 BSB	30 Apr 2024 B
11	28 Nov 2023	21 Feb 2024	14 May 2024
12	5 Dec 2023	22 Feb 2024	21 May 2024
13	12 Dec 2023	22 Feb 2024	28 May 2024
14	19 Dec 2023	27 Feb 2024 B	4 Jun 2024
15	26 Dec 2023 B, EU, BSB	29 Feb 2024 B	11 Jun 2024
16			18 Jun 2024



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : jour où le cours a lieu pendant une période de vacance. S'il y a de la place on peut venir avec max. 2 enfants / adulte (suppl. €12 / enfant)



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h - 18h, Meiser ou Stockel
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h - 13h, Meiser ou Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 8h30 - 9h45, Italie Lun, Mar Jeu, Ven, 10h45 - 12h, Italie Mer, 17h-19h conférences, Italie



Yoga de l'Energie et Vitalité

MARDI soir 19h00 - 20h15 en FR

à **MONTGOMERY** = REZ avec jardin privatif, Rue André Fauchille 3A, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	19 Sep 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	5 Mar 2024 B
2	26 Sep 2023	28 Dec 2023 B, EU, BSB	7 Mar 2024 B
3	3 Oct 2023	2 Jan 2024 B, EU, BSB	12 Mar 2024
4	10 Oct 2023	9 Jan 2024	19 Mar 2024
5	17 Oct 2023	16 Jan 2024	26 Mar 2024 EU, BSB
6	24 Oct 2023 B	23 Jan 2024	2 Apr 2024 EU, BSB
7	31 Oct 2023 B, EU, BSB	30 Jan 2024	9 Apr 2024
8	7 Nov 2023 EU	6 Feb 2024	16 Apr 2024
9	14 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	23 Apr 2024
10	21 Nov 2023	20 Feb 2024 BSB	30 Apr 2024 B
11	28 Nov 2023	21 Feb 2024	14 May 2024
12	5 Dec 2023	22 Feb 2024	21 May 2024
13	12 Dec 2023	22 Feb 2024	28 May 2024
14	19 Dec 2023	27 Feb 2024 B	4 Jun 2024
15	26 Dec 2023 B, EU, BSB	29 Feb 2024 B	11 Jun 2024
16			18 Jun 2024



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : jour où le cours a lieu pendant une période de vacance. S'il y a de la place on peut venir avec max. 2 enfants / adulte (suppl. €12 / enfant)



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h - 18h, Meiser ou Stockel
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h - 13h, Meiser ou Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 8h30 - 9h45, Italie Lun, Mar Jeu, Ven, 10h45 - 12h, Italie Mer, 17h-19h conférences, Italie



Yoga de l'Energie et Vitalité

MERCREDI matin 10h00 - 11h15 en EN/FR

à **STOCKEL** = salle de danse au 1er étage, Avenue Orban 227, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	20 Sep 2023	20 Dec 2023	7 Mar 2024 B
2	27 Sep 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	13 Mar 2024
3	4 Oct 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	20 Mar 2024
4	11 Oct 2023	28 Dec 2023 B, EU, BSB	27 Mar 2024 EU, BSB
5	18 Oct 2023	3 Jan 2024 B, EU, BSB	3 Apr 2024 EU, BSB
6	24 Oct 2023 B	10 Jan 2024	10 Apr 2024
7	24 Oct 2023 B	17 Jan 2024	17 Apr 2024
8	25 Oct 2023 B	24 Jan 2024	24 Apr 2024
9	1 Nov 2023 B, EU, BSB	31 Jan 2024	1 May 2024 B
10	8 Nov 2023	7 Feb 2024	15 May 2024
11	15 Nov 2023	14 Feb 2024 EU, BSB	22 May 2024
12	22 Nov 2023	21 Feb 2024	29 May 2024
13	29 Nov 2023	27 Feb 2024 B	5 Jun 2024
14	6 Dec 2023	29 Feb 2024 B	12 Jun 2024
15	13 Dec 2023	5 Mar 2024 B	19 Jun 2024



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : jour où le cours a lieu pendant une période de vacance. S'il y a de la place on peut venir avec max. 2 enfants / adulte (suppl. €12 / enfant)



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h - 18h, Meiser ou Stockel
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h - 13h, Meiser ou Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 8h30 - 9h45, Italie Lun, Mar Jeu, Ven, 10h45 - 12h, Italie Mer, 17h-19h conférences, Italie



Yoga de l'Energie pour Seniors

JEUDI matin 10h00 - 11h15 en FR

à **STOCKEL** = salle de danse au 1er étage, Avenue Orban 227, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	21 Sep 2023	21 Dec 2023	14 Mar 2024
2	28 Sep 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	21 Mar 2024
3	5 Oct 2023	28 Dec 2023 B, EU, BSB	28 Mar 2024 EU, BSB
4	12 Oct 2023	4 Jan 2024 B, EU, BSB	4 Apr 2024 EU, BSB
5	19 Oct 2023	11 Jan 2024	11 Apr 2024
6	24 Oct 2023 B	18 Jan 2024	18 Apr 2024
7	24 Oct 2023 B	25 Jan 2024	25 Apr 2024
8	26 Oct 2023 B, BSB	1 Feb 2024	2 May 2024 B
9	2 Nov 2023 B, EU, BSB	8 Feb 2024	16 May 2024
10	9 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	23 May 2024
11	16 Nov 2023	22 Feb 2024	30 May 2024
12	23 Nov 2023	27 Feb 2024 B	6 Jun 2024
13	30 Nov 2023	29 Feb 2024 B	13 Jun 2024
14	7 Dec 2023	5 Mar 2024 B	20 Jun 2024
15	14 Dec 2023	7 Mar 2024 B	



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : jour où le cours a lieu pendant une période de vacance. S'il y a de la place on peut venir avec max. 2 enfants / adulte (suppl. €12 / enfant)



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h - 18h, Meiser ou Stockel
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h - 13h, Meiser ou Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 8h30 - 9h45, Italie Lun, Mar Jeu, Ven, 10h45 - 12h, Italie Mer, 17h-19h conférences, Italie



Yoga de l'Energie

JEUDI soir 20h00 - 21h15 en EN/FR

à Meiser = salle Art Déco au REZ avec jardin / Australie au 2ème étage de Le Héron Bleu,
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek

1	21 Sep 2023	21 Dec 2023	14 Mar 2024
2	28 Sep 2023	27 Dec 2023 B, EU, BSB	21 Mar 2024
3	5 Oct 2023	28 Dec 2023 B, EU, BSB	28 Mar 2024 EU, BSB
4	12 Oct 2023	4 Jan 2024 B, EU, BSB	4 Apr 2024 EU, BSB
5	19 Oct 2023	11 Jan 2024	11 Apr 2024
6	24 Oct 2023 B	18 Jan 2024	18 Apr 2024
7	24 Oct 2023 B	25 Jan 2024	25 Apr 2024
8	26 Oct 2023 B, BSB	1 Feb 2024	2 May 2024 B
9	2 Nov 2023 B, EU, BSB	8 Feb 2024	16 May 2024
10	9 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	23 May 2024
11	16 Nov 2023	22 Feb 2024	30 May 2024
12	23 Nov 2023	27 Feb 2024 B	6 Jun 2024
13	30 Nov 2023	29 Feb 2024 B	13 Jun 2024
14	7 Dec 2023	5 Mar 2024 B	20 Jun 2024
15	14 Dec 2023	7 Mar 2024 B	



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : jour où le cours a lieu pendant une période de vacance. S'il y a de la place on peut venir avec max. 2 enfants / adulte (suppl. €12 / enfant)



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h - 18h, Meiser ou Stockel
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h - 13h, Meiser ou Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 8h30 - 9h45, Italie Lun, Mar Jeu, Ven, 10h45 - 12h, Italie Mer, 17h-19h conférences, Italie