

Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Santé

MARDI, 17h00 - 18h15

à MONTGOMERY = Salle de méditation au REZ avec jardin privatif, Rue André Fauchille 3A, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	29 Sep 2026	29 Déc 2026 BSB, EU, B	30 Mar 2027 BSB, EU
2	6 Oct 2026	5 Jan 2027	6 Avr 2027 BSB
3	13 Oct 2026	12 Jan 2027	13 Avr 2027
4	20 Oct 2026	19 Jan 2027	20 Avr 2027
5	27 Oct 2025 BSB, B, EU	26 Jan 2027	27 Avr 2027 B
6	3 Nov 2026 EU, B	2 Fév 2027	4 Mai 2027 B
7	10 Nov 2026	9 Fév 2027 EU, B	11 Mai 2027
8	17 Nov 2026	16 Fév 2027 BSB	18 Mai 2027 BSB, EU
9	24 Nov 2026	23 Fév 2027 BSB, B	25 Mai 2027
10	1 Dec 2026	2 Mar 2027 B	1 Juin 2027
11	8 Dec 2026	9 Mar 2027	8 Juin 2027
12	15 Déc 2026	16 Mar 2027	
13	22 Déc 2026 BSB, EU, B	23 Mar 2027 EU	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay



Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Vitalité

MARDI, 18h45 - 20h00

à MONTGOMERY = Salle de méditation au REZ avec jardin privatif, Rue André Fauchille 3A, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	29 Sep 2026	29 Déc 2026 BSB, EU, B	30 Mar 2027 BSB, EU
2	6 Oct 2026	5 Jan 2027	6 Avr 2027 BSB
3	13 Oct 2026	12 Jan 2027	13 Avr 2027
4	20 Oct 2026	19 Jan 2027	20 Avr 2027
5	27 Oct 2025 BSB, B, EU	26 Jan 2027	27 Avr 2027 B
6	3 Nov 2026 EU, B	2 Fév 2027	4 Mai 2027 B
7	10 Nov 2026	9 Fév 2027 EU, B	11 Mai 2027
8	17 Nov 2026	16 Fév 2027 BSB	18 Mai 2027 BSB, EU
9	24 Nov 2026	23 Fév 2027 BSB, B	25 Mai 2027
10	1 Dec 2026	2 Mar 2027 B	1 Juin 2027
11	8 Dec 2026	9 Mar 2027	8 Juin 2027
12	15 Déc 2026	16 Mar 2027	
13	22 Déc 2026 BSB, EU, B	23 Mar 2027 EU	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay



Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Seniors

JEUDI, 10h30 - 11h45

à STOCKEL = salle d'arts martiaux/dojo au 1er étage, Avenue Orban 227, 1150 Woluwe-Saint-Pierre

1	24 Sep 2026	24 Déc 2026 BSB, EU, B	25 Mar 2027 EU
2	1 Oct 2026	31 Déc 2026 BSB, EU, B	1 Avr 2027 BSB, EU
3	8 Oct 2026	7 Jan 2027	8 Avr 2027 BSB
4	15 Oct 2026	14 Jan 2027	15 Avr 2027
5	22 Oct 2025 BSB, B, EU	21 Jan 2027	22 Avr 2027
6	29 Oct 2026 EU, B	28 Jan 2027	29 Avr 2027 B
7	5 Nov 2026	4 Fév 2027	6 Mai 2027 B, EU, BSB
8	12 Nov 2026	11 Fév 2027 EU	13 Mai 2027
9	19 Nov 2026	18 Fév 2027 BSB	20 Mai 2027 EU
10	26 Nov 2026	25 Fév 2027 B	27 Mai 2027
11	3 Déc 2026	4 Mar 2027 B	3 Juin 2027
12	10 Déc 2026	11 Mar 2027	10 Juin 2027
13	17 Déc 2026 BSB	18 Mar 2027	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay



Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Santé

JEUDI, 19h30 - 20h45

à Meiser = salle Art Déco au REZ + jardin ou salle Australie au 2ème étage, Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek
et/ou **ONLINE** avec enregistrement vidéo

1	24 Sep 2026	24 Déc 2026 BSB, EU, B	25 Mar 2027 EU
2	1 Oct 2026	31 Déc 2026 BSB, EU, B	1 Avr 2027 BSB, EU
3	8 Oct 2026	7 Jan 2027	8 Avr 2027 BSB
4	15 Oct 2026	14 Jan 2027	15 Avr 2027
5	22 Oct 2025 BSB, B, EU	21 Jan 2027	22 Avr 2027
6	29 Oct 2026 EU, B	28 Jan 2027	29 Avr 2027 B
7	5 Nov 2026	4 Fév 2027	6 Mai 2027 B, EU, BSB
8	12 Nov 2026	11 Fév 2027 EU	13 Mai 2027
9	19 Nov 2026	18 Fév 2027 BSB	20 Mai 2027 EU
10	26 Nov 2026	25 Fév 2027 B	27 Mai 2027
11	3 Déc 2026	4 Mar 2027 B	3 Juin 2027
12	10 Déc 2026	11 Mar 2027	10 Juin 2027
13	17 Déc 2026 BSB	18 Mar 2027	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay



Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Vitalité

VENDREDI, 10h30 - 11h45
SAMEDI, 11h - 12h15

à Meiser = salle Art Déco au REZ + jardin ou salle Australie au 2ème étage, Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek
et/ou **ONLINE** avec enregistrement vidéo

1	25 Sep 2026	25 Déc 2026 BSB, EU, B	26 Mar 2027 EU
2	2 Oct 2026	1 Jan 2027 BSB, EU, B	2 Avr 2027 BSB, EU
3	9 Oct 2026	8 Jan 2027	9 Avr 2027 BSB
4	16 Oct 2026	15 Jan 2027	16 Avr 2027
5	23 Oct 2025 BSB, B, EU	22 Jan 2027	23 Avr 2027
6	30 Oct 2026 EU, B	29 Jan 2027	30 Avr 2027 B
7	6 Nov 2026	5 Fév 2027	7 Mai 2027 B, EU, BSB
8	13 Nov 2026	12 Fév 2027 EU	14 Mai 2027
9	20 Nov 2026	19 Fév 2027 BSB	21 Mai 2027 EU
10	27 Nov 2026	26 Fév 2027 B	28 Mai 2027
11	4 Déc 2026	5 Mar 2027 B	4 Juin 2027
12	11 Déc 2026	12 Mar 2027	11 Juin 2027
13	18 Déc 2026 BSB	19 Mar 2027	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay



Le Héron Bleu de Ida Anceschi
Rue Louis Socquet 40, 1030 Schaerbeek, Belgium
Mob +32 (0) 499 98 89 44, info@yoga-leheronbleu.com
www.yoga-leheronbleu.com
IBAN BE20 7360 4492 9656, BIC KREDBEBB, Banque KBC Brussels
N TVA: BE0696.586.692

Yoga de l'Energie et Randonnée

DIMANCHE, 11h - 12h15, selon la météo, confirmé ultérieurement via WhatsApp / par SMS

au Parc de Woluwe = RDV à l'entrée du parc qui se trouve en face de l'arrêt du tram "Musée du Trammuseum", Avenue de Tervuren, 1150 Woluwe-Saint-Pierre
OU
au Parc de Tervuren = RDV devant le Musée Royal de l'Afrique Central, du côté du parc, Leuvensesteenweg, 3080 Tervuren

1	27 Sep 2026	7 Fév 2027	18 Avr 2027
2	4 Oct 2026	14 Fév 2027 EU	25 Avr 2027
3	11 Oct 2026	21 Fév 2027 BSB	2 Mai 2027 B
4	18 Oct 2026	28 Fév 2027	9 Mai 2027
5	25 Oct 2026 BSB, B	7 Mar 2027	16 Mai 2027 BSB
6	1 Nov 2026 BSB, EU, B	14 Mar 2027	23 Mai 2027 EU
7	8 Nov 2026	21 Mar 2027	30 Mai 2027
8	15 Nov 2026 BSB, B	28 Mar 2027 BSB, EU	6 Juin 2027
9	22 Nov 2026	4 Avr 2027 BSB, EU	13 Juin 2027
10	29 Nov 2026	11 Avr 2027 BSB	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance éphémères : jour où le cours a lieu pendant une période de vacances scolaires (B = Ecoles Belges francophones, EU = Ecoles Européennes, BSB = Ecoles internationales). S'il y a de la place, on peut participer avec max. 2 enfants âges de min. 8 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier 1 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 3 séances	**13 mars 2027**	Samedi, 14h - 18h30 Stockel
Atelier 2 - Les 18 Mouvements Préliminaires du Yoga de l'Energie / La Dance Cosmique 2 séances	**14 mars 2027**	Dimanche, 10h - 13h Stockel
Atelier 3 - Yoga de l'Energie et Pratique des yeux 3 séances	**12 juin 2027**	Samedi 14h - 18h30 Château de la Hulpe / Domaine régional Solvay