



ALGARVE YOGA SCHOOL

PLANNING 2022-2023



Cours collectifs Online
Heure de Lisbonne

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	07h30-9h30	07h30-12h30	09h00-10h00	07h30-9h30	09h00-12h00
	Cours privés, Yoga, Stretching - Présentiel / Online	Cours privés, Yoga, Stretching - Présentiel / Online	★ Cours collectif de Yoga Energetics - Online	Cours privés, Yoga, Stretching - Présentiel / Online	Formation - Professeur(e) de Yoga - 200H - 500H - Formations certifiées au niveau international
10h30-11h30	10h30-11h30		10h30-11h30	10h30-11h30	
Cours collectif de Yoga + 60 ans et débutant	Qi Gong	Cours collectif de Stretching +60 ans, débutant, intermédiaire	Cours collectif de Yoga : Détox Wheel Yoga		
13h00-17h00					16h00-18h00
Acupression - M.T.C - Massages - Soins Beauté / Bien être - Médecine Ayurvédique / Holistique - Naturopathie - Sophrologie - EMDR					
18h00-19h00	18h15-19h15	18h00-19h00	17h30-20h30	17h30-20h30	Workshops / Conférences - Yoga, Nutrition, Bien être...
Cours collectif de Yoga doux - Yin Yoga - Etirements profonds - MFR - Myofacial Release	★ Cours collectif de Yoga Ashtanga - Vinyasa - Intermédiaire - Online	Cours collectif de Yoga Ashtanga - Vinyasa - Intermédiaire	Cours privés, Yoga, Stretching - Présentiel / Online	Cours privés, Yoga, Stretching - Présentiel / Online	

Algarve Yoga Tribe

Cours en Présentiel et Online - Professeurs certifiés et expérimentés

Inscription et info en MP ou +351 925 675 425