



Yoga de l'Energie et Santé

MARDI 17h15 - 18h30 en FR

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

1	10 Oct 2023	21 Dec 2023	7 Mar 2024 B
2	17 Oct 2023	26 Dec 2023 B, EU, BSB	12 Mar 2024
3	24 Oct 2023 B	27 Dec 2023 B, EU, BSB	19 Mar 2024
4	25 Oct 2023 B	28 Dec 2023 B, EU, BSB	26 Mar 2024 EU, BSB
5	26 Oct 2023 B	2 Jan 2024 B, EU, BSB	2 Apr 2024 EU, BSB
6	31 Oct 2023 B, EU, BSB	9 Jan 2024	9 Apr 2024
7	7 Nov 2023 EU	16 Jan 2024	16 Apr 2024
8	8 Nov 2023	23 Jan 2024	23 Apr 2024
9	9 Nov 2023	30 Jan 2024	30 Apr 2024 B
10	14 Nov 2023	6 Feb 2024	14 May 2024
11	21 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	21 May 2024
12	28 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	28 May 2024
13	5 Dec 2023	20 Feb 2024 BSB	4 Jun 2024
14	12 Dec 2023	27 Feb 2024 B	11 Jun 2024
15	19 Dec 2023	29 Feb 2024 B	18 Jun 2024
16	20 Dec 2023	5 Mar 2024 B	

■ Séance régulière : jour où le cours a lieu

■ Séance joker : 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. 6 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

■ Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h-18h, Meiser
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h-13h, Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 9h-10h15, 11h15-12h30 Mer, 17h-19h conférences - en Italie



Yoga de l'Énergie et Vitalité

MARDI 19h00 - 20h15 en FR

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

1	10 Oct 2023	21 Dec 2023	7 Mar 2024 B
2	17 Oct 2023	26 Dec 2023 B, EU, BSB	12 Mar 2024
3	24 Oct 2023 B	27 Dec 2023 B, EU, BSB	19 Mar 2024
4	25 Oct 2023 B	28 Dec 2023 B, EU, BSB	26 Mar 2024 EU, BSB
5	26 Oct 2023 B	2 Jan 2024 B, EU, BSB	2 Apr 2024 EU, BSB
6	31 Oct 2023 B, EU, BSB	9 Jan 2024	9 Apr 2024
7	7 Nov 2023 EU	16 Jan 2024	16 Apr 2024
8	8 Nov 2023	23 Jan 2024	23 Apr 2024
9	9 Nov 2023	30 Jan 2024	30 Apr 2024 B
10	14 Nov 2023	6 Feb 2024	14 May 2024
11	21 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	21 May 2024
12	28 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	28 May 2024
13	5 Dec 2023	20 Feb 2024 BSB	4 Jun 2024
14	12 Dec 2023	27 Feb 2024 B	11 Jun 2024
15	19 Dec 2023	29 Feb 2024 B	18 Jun 2024
16	20 Dec 2023	5 Mar 2024 B	

■ Séance régulière : jour où le cours a lieu

■ Séance joker : 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. 6 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

■ Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h-18h, Meiser
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h-13h, Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 9h-10h15, 11h15-12h30 Mer, 17h-19h conférences - en 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	12 Oct 2023	20 Dec 2023	7 Mar 2024 B
2	19 Oct 2023	21 Dec 2023	14 Mar 2024
3	24 Oct 2023 B	27 Dec 2023 B, EU, BSB	21 Mar 2024
4	25 Oct 2023 B	28 Dec 2023 B, EU, BSB	28 Mar 2024 EU, BSB
5	26 Oct 2023 B	3 Jan 2024 B, EU, BSB	4 Apr 2024 EU, BSB
6	31 Oct 2023 B, EU, BSB	11 Jan 2024	11 Apr 2024
7	2 Nov 2023 B, EU, BSB	18 Jan 2024	18 Apr 2024
8	7 Nov 2023 EU	25 Jan 2024	25 Apr 2024
9	8 Nov 2023	1 Feb 2024	2 May 2024 B
10	9 Nov 2023	8 Feb 2024	16 May 2024
11	16 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	23 May 2024
12	23 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	30 May 2024
13	30 Nov 2023	20 Feb 2024 BSB	6 Jun 2024
14	7 Dec 2023	27 Feb 2024 B	13 Jun 2024
15	14 Dec 2023	29 Feb 2024 B	20 Jun 2024
16	19 Dec 2023	5 Mar 2024 B	



Séance régulière : jour où le cours a lieu



Séance joker : 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. 6 ans / adulte (supplément €12 / enfant).



Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h-18h, Meiser
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h-13h, Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 9h-10h15, 11h15-12h30 Mer, 17h-19h conférences - en Italie



Yoga de l'Energie et Santé

JEUDI soir 19h30 - 20h45 en EN/FR

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

1	12 Oct 2023	20 Dec 2023	7 Mar 2024 B
2	19 Oct 2023	21 Dec 2023	14 Mar 2024
3	24 Oct 2023 B	27 Dec 2023 B, EU, BSB	21 Mar 2024
4	25 Oct 2023 B	28 Dec 2023 B, EU, BSB	28 Mar 2024 EU, BSB
5	26 Oct 2023 B	3 Jan 2024 B, EU, BSB	4 Apr 2024 EU, BSB
6	31 Oct 2023 B, EU, BSB	11 Jan 2024	11 Apr 2024
7	2 Nov 2023 B, EU, BSB	18 Jan 2024	18 Apr 2024
8	7 Nov 2023 EU	25 Jan 2024	25 Apr 2024
9	8 Nov 2023	1 Feb 2024	2 May 2024 B
10	9 Nov 2023	8 Feb 2024	16 May 2024
11	16 Nov 2023	13 Feb 2024 EU, BSB	23 May 2024
12	23 Nov 2023	15 Feb 2024 EU, BSB	30 May 2024
13	30 Nov 2023	20 Feb 2024 BSB	6 Jun 2024
14	7 Dec 2023	27 Feb 2024 B	13 Jun 2024
15	14 Dec 2023	29 Feb 2024 B	20 Jun 2024
16	19 Dec 2023	5 Mar 2024 B	

Séance régulière : jour où le cours a lieu

Séance joker : 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. 6 ans / adulte (supplément €12 / enfant).

Vacances : jour où le cours n'a pas lieu

Atelier Mudras 3 séances	18 Nov 2023	Samedi, 14h-18h, Meiser
Atelier Naropa 2 séances	4 Feb 2024	Dimanche, 10h-13h, Stockel
Stage Liberté 8 séances	6-10 May 2024 B, EU, BSB	Lun, Mar Jeu, Ven, 9h-10h15, 11h15-12h30 Mer, 17h-19h conférences - en Italie