



D. Civelier - OTHMV



**Haute
Maurienne
Vanoise**

du **01** au **30**
septembre **2026**



Bonneval sur Arc

Haute Maurienne Vanoise

LUNDI 7 Septembre

🕒 9h-10h **YOGA & PLEINE CONSCIENCE**

A PARTIR DE 12 ANS

Yoga doux, respiration consciente et méditation pleine conscience pour débiter la semaine en harmonie. Une pratique accessible à tous, guidée par les cycles de la lune et les saisons, pour apaiser le mental et retrouver son équilibre intérieur.

📍 La Grande Maison € Tarif unique : 15 € (A l'unité) Carte multi séances : 120 € (Carte 10 séances) Forfait / engagement : 95 € (Pass trimestriel).

LUNDI 14 Septembre

🕒 9h-10h **YOGA & PLEINE CONSCIENCE**

A PARTIR DE 12 ANS

Yoga doux, respiration consciente et méditation pleine conscience pour débiter la semaine en harmonie. Une pratique accessible à tous, guidée par les cycles de la lune et les saisons, pour apaiser le mental et retrouver son équilibre intérieur.

📍 La Grande Maison € Tarif unique : 15 € (A l'unité) Carte multi séances : 120 € (Carte 10 séances) Forfait / engagement : 95 € (Pass trimestriel).

LUNDI 21 Septembre

🕒 9h-10h **YOGA & PLEINE CONSCIENCE**

A PARTIR DE 12 ANS

Yoga doux, respiration consciente et méditation pleine conscience pour débiter la semaine en harmonie. Une pratique accessible à tous, guidée par les cycles de la lune et les saisons, pour apaiser le mental et retrouver son équilibre intérieur.

📍 La Grande Maison € Tarif unique : 15 € (A l'unité) Carte multi séances : 120 € (Carte 10 séances) Forfait / engagement : 95 € (Pass trimestriel).

LUNDI 28 Septembre

🕒 9h-10h **YOGA & PLEINE CONSCIENCE**

A PARTIR DE 12 ANS

Yoga doux, respiration consciente et méditation pleine conscience pour débiter la semaine en harmonie. Une pratique accessible à tous, guidée par les cycles de la lune et les saisons, pour apaiser le mental et retrouver son équilibre intérieur.

📍 La Grande Maison € Tarif unique : 15 € (A l'unité) Carte multi séances : 120 € (Carte 10 séances) Forfait / engagement : 95 € (Pass trimestriel).



Haute Maurienne Vanoise

**VALFRÉJUS | LA NORMA | AUSSOIS
VAL CENIS | BESSANS | BONNEVAL SUR ARC**

contact : +33(0)4 79 05 99 06
www.haute-maurienne-vanoise.com

