

PLANNING 2026 / 2027

CŒUR DE YOGI • Kate Lacombe

Praticienne Ayurveda • Professeure de Yoga • Éducatrice sportive Forme Santé • Agréée ARS Bretagne

JOUR	HORAIRE	ACTIVITÉ	LIEU / INFOS
LUNDI	19h à 20h30	FLOW YOGA AYURVEDIQUE	Octopus – St-Jouan-des-Guérêts Effectif limité : 12
MARDI	11h à 12h15	YOGA SANTÉ ADAPTÉ APA – Agrément ARS	Salle Bellevue – Saint-Malo Effectif limité : 8
	15h15 à 16h30	YOGA SANTÉ ADAPTÉ APA – Agrément ARS	Cœur et Santé · Cosec – Dinard Effectif limité : 10
	18h15 à 19h15	ATELIER SADHANA YOGA	Cœur de Yogi · Paramé – Saint-Malo Effectif limité : 6
MERCREDI		ACCOMPAGNEMENTS & COACHINGS	Paramé · Saint-Malo · St-Jouan-des-Guérêts · à domicile
JEUDI	14h30 à 15h45	YOGA SANTÉ ADAPTÉ APA – Agrément ARS	Salle Bellevue – Saint-Malo Effectif limité : 8
	18h/18h15 à 19h45	FLOW YOGA AYURVEDIQUE	Cosec D4 – Dinard Effectif limité : 12
VENREDI		ACCOMPAGNEMENTS & COACHINGS	Paramé · Saint-Malo · St-Jouan-des-Guérêts · à domicile
SAMEDI	10h à 11h15 / 11h30	MARCHE AFGHANE & SOUFFLE	St-Malo – St-Jouan-des-Guérêts 2 samedis chaque mois à partir du 4 octobre 2026 Effectif limité : 8

MATINÉES YOGA DES SAISONS & AYURVEDA

OCTOPUS – ST-JOUAN · 9h à 12h

- Samedi 17 octobre 2026 · Activez votre mobilité ostéo-articulaire et apaisez votre système nerveux
- Dimanche 24 janvier 2027 · Soutenez votre vitalité en hiver par l'auto-massage
- Samedi 20 mars 2027 · Retrouvez votre vitalité par la détoxination post-hivernale
- Dimanche 6 juin 2027 · Ouvrez-vous à l'énergie printanière, faites circuler votre énergie, respirez

PRÉ-INSCRIPTIONS & INSCRIPTIONS

envoyez un SMS pour être intégré(e) dans la communauté WhatsApp • ESSAI GRATUIT

06 46 83 67 36 · kl.kate.contact@gmail.com · www.coeurdeyogi.net · Instagram : kate_ayurveda_yoga_forme