

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			10h30-11h45 jonction	7h-8h chêne-bourg
		12h15-13h15 chêne-bourg	12h20-13h35 jonction	
18h-19h15 jonction				
19h30-20h45 jonction	19h-20h15 Eaux-vives	19h30-20h45 Messery (74) 1sem/2 jusqu'à fin 2017		

Tous les cours sont tous niveaux, toutefois il est recommandé d'avoir des bases ou de suivre les ateliers débutant ou à thèmes proposés toute l'année.

Le cours du lundi soir 19h30 est un cours de méditation selon le samkhya et le yoga.

Les cours de yoga sont du Hatha yoga classique adapté selon le niveau et les besoins des élèves.

[www.yogalalita.ch](http://www.yogalalita.ch)