



**FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE Hatha Yoga**
Antenne de la Corse

Télé-Enseignement du 8 & 9 mai 2021

(nombre d'heures totales 7H00)

- **Samedi 8 mai 2021 : total heures formations 3H30**

*Connexion à partir de **13h30** :*

14H à 15H30 : *Conférence Digestion/nutrition avec Marie-Laure Berthomieu*

16H à 17H30 : *Conférence sur le Koshas avec Lucienne Lecoin Barrelier*

- **Dimanche 9 mai 2021 : total heures formation 3h30**

*Connexion à partir de **8h30** :*

9H00 à 11H00 : *Animation posturale proposée par Lucienne Lecoin Barrelier*

11h15 à 12h30 : *Le prana Samavritti proposé par Jean-Pierre Riboulet*
