



AYA Association Yoga Ayurvéda
Anne-Laure Launay 06.10.25.08.00
annelaure@sourcevedique.com
www.sourcevedique.com

Yoga Intégral

SAISON 2026-2027

**Postures, Méditation, Relaxation,
Respirations et Auto-Massages**

Achères

Salle des fêtes

Mardi 10h30 à 12h

Saint Germain du Puy

Ecole Maternelle Paul Eluard

Mardi 18h30 à 20h

Mery-Es-Bois

Mercredi 18h à 19h30

Pigny

Salle de la Mairie

Jeudi de 18h45 à 20h15

Vasselay

Salle des fêtes

Lundi de 18h30 à 20h

Cours de Yoga enfants et familles, expériences dans les écoles.

Ateliers : Yoga du chant, Ayurvéda

Thérapeute psycho-corporelle en Massages ayurvédiques (Inde)

Coaching en hygiène de vie & alimentation.

Accompagnement de la femme enceinte, massage maman et bébé.

Cours individuel à domicile et en visio.