

2026
2027



CENTRE CULTUREL
BOUDDHIQUE
DE RENNES

HATHA YOGA

Lieu : 2 rue des Veyettes à Rennes

Date et Horaires : Grande salle

Lundi — Yoga Initial : 8h—9h15

Jeudi — Yoga Initial : 12h30—13h45

Début des cours : Lundi 7 septembre 2026

Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires.

Yoga du Cachemire : un yoga doux et contemplatif qui convient à tous. Une combinaison de mouvements lents, de respirations et de méditation, mettant l'accent sur l'observation et la conscience.

Yoga Initial : un hatha yoga dynamique qui met l'accent sur les postures de base et les postures arrière. Idéal pour renforcer la flexibilité, l'équilibre et la vitalité.

Tarif proposé *

230€ — inscription à l'année pour 1 cours hebdo

120€ — les 10 cours

15€ — le cours

* Pour tout abonnement, une adhésion au CCBR est obligatoire 12€ (tarif plein) ou 5€ (tarif réduit).

Essai : vous bénéficiez d'une séance d'essai gratuite qui ne vous engage pas.

Professeur : Tarek MALAS

Renseignements ou inscriptions

Vous pouvez adresser vos demandes de renseignements directement à l'enseignant :

✉ contact.mosaique.35@gmail.com

🌐 <https://yogainitial.com>

📞 **06 61 41 60 16**

Après accord de l'enseignant, vous pourrez vous inscrire à l'activité en ligne sur le site du centre culturel :

🌐 <https://www.ccbrennes.fr/adhesion/>



www.ccbrennes.fr

📞 07 81 00 81 22 ✉ ccbrennes@gmail.com

📍 2 rue des Veyettes - 35200 Rennes

Z.I. Sud-Est | Bus : ligne 11, arrêt Pré-Garel