

2026
2027



CENTRE CULTUREL
BOUDDHIQUE
DE RENNES

VINYASA YOGA

Lieu : 2 rue des Veyettes à Rennes

Date et Horaires :

Mardi — Yoga Vinyasa : 18h—19h15

Mardi — Yoga Ashtanga Vinyasa : 19h30—20h45

Début des cours : Mardi 8 septembre 2026

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

Anouk est professeure de yoga certifiée (RYT 200h). Elle pratique l'**Ashtanga Vinyasa Yoga** depuis plusieurs années et s'est formée, en 2022, à Samyak Yoga en Inde, à la pratique du **Vinyasa Yoga**. En 2023 elle a débuté une formation de 300h en Ashtanga Vinyasa auprès de la formation Moksha. Elle a à cœur de vous accompagner dans une pratique dynamique et joyeuse durant laquelle vous pourrez travailler au rythme de votre corps. Écoute et bienveillance sont au cœur de son enseignement.

Tarif proposé*

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

120€ — les 10 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.

Professeure : Anouk CHARDOT

Renseignements ou inscriptions

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

✉ **anoukcyoga@gmail.com**

☎ **06 20 43 91 76**

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