

Happy Center à Dole depuis 2019

✨ Venez découvrir notre univers yoga & bien-être lors de nos Portes Ouvertes !

Chaque année, nous vous accueillons pour partager un moment convivial, tester nos cours et soins individuels et découvrir notre boutique zen ✨

C'est l'occasion parfaite pour poser vos questions et nous rencontrer ❤️

 **Samedi 5 Septembre 2026**

👉 9H - 17H

📍 2 Rue Stephen Pichon 39100 DOLE

Cours collectifs – Essai gratuit (sur inscription)

Pendant les Portes Ouvertes, vous pouvez tester nos 5 cours collectifs gratuitement 🌸
Chaque cours a son énergie : certains sont doux et relaxants, d'autres plus dynamiques et renforçants.

✨ **Hatha Yoga Intermédiaire : 9h30-10h**

Pour aller plus loin dans la pratique et approfondir les postures (accessible si vous avez déjà pratiqué).

🔥 **Vinyasa Yoga : 10h30-11h**

Un enchaînement fluide et dynamique, parfait pour se défouler et tonifier le corps.

Yoga Aérien renforcement 🙌 : 11h30-12h

Postures au sol et en suspension pour renforcer muscles profonds et posture.

Hatha Yoga Débutant : 14h30-15h

On prend le temps d'entrer dans chaque posture, idéal pour découvrir le yoga en douceur.

Yoga Aérien doux ☁️ : 15h30-16h

Cocooning dans le hamac, une bulle de détente et de relâchement total.

⚠️ Les places étant limitées, l'inscription en ligne est obligatoire pour participer.



Séances individuelles – Essai découverte (20 €)

Vivez un moment privilégié lors d'une séance de 30 minutes au tarif spécial
Portes Ouvertes : 20 €.

**Tarif de la séance d'essai des Portes Ouvertes déduit si réservation d'une séance
derrière (sous 48h)**

Vous pourrez choisir parmi :

Madérothérapie (drainage lymphatique) 🌿 : 14h30/15h40/17h10/18h20

Micro-massage-crânien 🙏 : 15h05/16h15/17h45

Fasciathérapie 🌸 : 9h/10h/11h/12h

⚠️ Places limitées !!! Uniquement sur réservations

Retrouvez toutes les informations sur les différentes activités sur notre site internet :
leshappy.com