

# Yoga

## Grand Besançon Métropole



Sont mentionnés dans cette fiche les organismes ayant répondu aux sollicitations de Besançon Info'cité (Ville de Besançon) et du Centre Régional d'Information Jeunesse de Franche-Comté.

Retrouvez ces informations sur internet : [www.besancon.fr](http://www.besancon.fr), rubrique sports et loisirs, pratiquer une activité ou sur [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com)

Collecte des données arrêtée le 26 juin 2019

La mention A titre d'information concerne les organismes référencés n'ayant pas répondu et dont les données n'ont pas pu être mises à jour.

### BESANÇON

#### ART DU YOGA ET AYURVEDA

7 C rue Dr Emile Ledoux  
25000 BESANÇON  
Tel : 06 87 83 47 77  
[wow.walter@free.fr](mailto:wow.walter@free.fr)  
<http://www.artduyoga.fr>

A titre d'information  
Public : à partir de 16 ans

#### Activités

##### yoga :

hatha yoga

A titre d'information

### ASEP

22 rue Résal  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 80 66 83  
<http://www.asep.fr>

#### Activités

##### yoga :

- enfants, 7 à 12 ans
- adultes

A titre d'information

### ATELIER MIMOSA

19 avenue de Chardonnet  
25000 BESANÇON  
Tel : 06 71 13 65 11  
[ateliermimosa@yahoo.fr](mailto:ateliermimosa@yahoo.fr)  
Public : à partir de 17 ans

#### Activités

##### yoga :

yoga nidra

#### Stages

##### yoga :

yoga nidra et créativité

### ATELIER YOGA RELAXATION

#### PASCALE MORAND

21 rue de la République  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 82 20 52  
[morand.relaxologue@wanadoo.fr](mailto:morand.relaxologue@wanadoo.fr)  
<http://www.corps-et-confiance.fr>

#### Activités

##### yoga :

- yoga relaxation respiration
- hatha yogo
- yogo nidra

#### Stages

##### yoga :

- approfondissement
- ressourcement énergétique (respiration, santé, vitalité)

### BRC YOGA

3 rue Delaune  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 25 04 89  
[petigny.marie@wanadoo.fr](mailto:petigny.marie@wanadoo.fr)  
<http://www.agoyoga-doubs.com>  
Public : à partir de 16 ans

#### Activités

## **yoga**

### **CAMPUS SPORTS BESANÇON**

UPFR des sports

Bâtiment 1

31 chemin de l'Épitaphe

25000 BESANÇON

Tel : 03 81 66 63 64

[campus-sports@univ-fcomte.fr](mailto:campus-sports@univ-fcomte.fr)

<https://applications.univ-fcomte.fr/CampusSports>

Activités loisirs proposées aux étudiants et personnels de l'université de Franche-Comté, adaptées à tous les niveaux.

Public : à partir de 18 ans

#### **Activités**

##### **yoga**

### **CENTRE DE YOGA IYENGAR**

13 avenue Fontaine Argent

25000 BESANÇON

Tel : 07 67 32 70 53

[centre.iyengar.besancon@gmail.com](mailto:centre.iyengar.besancon@gmail.com)

<http://www.yoga-iyengar-besancon.com>

Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

yogo iyengar, à partir de 15 ans

### **CATCO - CENTRE D'ARTS TRADITIONNELS ET CULTURELS ORIENTAUX**

56 rue de Dole

25000 BESANÇON

Tel : 03 81 80 50 77

[infos@catco.eu](mailto:infos@catco.eu)

<http://www.catco.eu>

Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- yoga enfants et jeunes, 4 à 16 ans, contact 06 83 35 06 03
- yoga adultes,
- chant yoga mantra bhajan kirtan, à partir de 16 ans

#### **Stages**

##### **yoga :**

- yoga corps et santé
- yoga santé du système nerveux
- yoga santé du système respiratoire
- yoga santé et cryothérapie

### **ENERGIE EN MARCHÉ**

27 rue de Vignier

25000 BESANÇON

Tel : 06 17 14 07 63

[gaelle@energieenmarche.fr](mailto:gaelle@energieenmarche.fr)

<http://www.energieenmarche.fr>

Public : Tout public

#### **Activités**

## **yoga :**

- yoga à partir de 12 ans, contact 06 79 49 09 72

- yoga nidra à partir de 4 ans, 06 71 13 65 11

### **GALERIE DE LA DANSE**

1 rue Midol

25000 BESANÇON

Tel : 09 54 48 78 09

[contact@galeriedeladanse.fr](mailto:contact@galeriedeladanse.fr)

<http://www.galeriedeladanse.fr>

A titre d'information

#### **Activités**

##### **yoga :**

A titre d'information

### **LA JOIE DE VOUIVRE**

25000 BESANÇON

Tel : 06 23 57 23 11

[lajoiedevouivre@gmail.com](mailto:lajoiedevouivre@gmail.com)

<https://www.facebook.com/lajoiedevouivre>

A titre d'information

Public : à partir de 16 ans

#### **Activités**

##### **yoga :**

- séances collectives
  - cours particuliers à domicile
- A titre d'information

### **L'ATELIER DU YOGA**

111 rue Battant

25000 BESANÇON

Tel : 06 81 35 40 44

[assatelieryoga@orange.fr](mailto:assatelieryoga@orange.fr)

<http://www.atelierdeyoga25.com>

Public : à partir de 18 ans

#### **Activités**

##### **yoga :**

inspiration tibétaine

#### **Stages**

##### **yoga**

### **L'HOMME DE TERRE**

25000 BESANÇON

Tel : 03 81 80 56 60

[contact@lhommeeterre.org](mailto:contact@lhommeeterre.org)

<http://lhommeeterre.org>

Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

à partir de 15 ans

#### **Stages**

##### **yoga :**

- nettoyages, asanas
- bases du pranayama, asanas
- yoga sadhana
- fabrication de coussin et yoga

à partir de 15 ans

### **MAISON DE QUARTIER BAINS DOUCHES BATTANT**

1 rue de l'Ecole  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 41 57 58  
bains-douches@besancon.fr  
<https://www.grandbesancon.fr/services/sp-orts-loisirs/animation-vie-des-quartiers/maisons-de-quartier>  
Espace associatif et d'animation  
Public : Adultes

#### **Activités**

##### **yoga :**

contacts 09 73 21 71 02

### **MAISON DE QUARTIER MONTRAPON FONTAINE-ECU**

Centre Pierre de Coubertin  
1 place Pierre de Coubertin  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 87 82 80  
montrapon.mdq@besancon.fr  
<https://www.grandbesancon.fr/services/sp-orts-loisirs/animation-vie-des-quartiers/maisons-de-quartier>  
Structure municipale  
Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- 7-12 ans, contact 03 81 47 20 20 / 06 32 28 67 19  
- adultes

### **MAISON DE QUARTIER ROSEMONT SAINT-FERJEUX**

1 avenue Ducat  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 52 42 52  
maison.quartier@comite-stferjeux.fr  
<http://www.quartierlibre-besancon.fr>  
Structure associative  
Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- éveil au yoga, 4-6 ans  
- yoga danse, 7-12 ans  
- initiation yoga (asanas, pranayamas, méditation), jeunes et adultes  
- yoga  
- yoga du rire

### **MAISON DE VELOTTE**

37 chemin des Journaux  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 52 79 15  
accueil@maisondevelotte.com  
<http://www.maisondevelotte.com>  
Public : à partir de 16 ans

### **Activités**

#### **yoga**

### **MJC CLAIRS SOLEILS**

Centre Martin Luther King  
67 E rue de Chalezeule  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 50 69 93  
accueilmjcclairssoleil@orange.fr  
<http://www.quartierlibre-besancon.fr>  
Public : Adultes

#### **Activités**

##### **yoga**

### **MJC DE PALENTE**

24 rue des Roses  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 80 41 80  
Fax : 03 81 80 42 92  
mjcpalente.secretariat@gmail.com  
<http://www.mjc-palente.fr>  
Public : Adultes

#### **Activités**

##### **yoga :**

- yoga  
- yoga du rire  
A titre d'information

### **NATHA YOGA**

Galerie de la danse  
1 rue Midol  
25000 BESANÇON  
Tel : 06 23 57 23 11  
milene.brulin@orange.fr  
<http://www.galriedeladanse.fr>  
A titre d'information

#### **Activités**

##### **yoga :**

A titre d'information

#### **Stages**

##### **yoga :**

A titre d'information

### **POUSSE DE YOGI**

Catco  
56 rue de Dole  
25000 BESANÇON  
Tel : 06 83 35 06 03  
infos@poussedeyogi.com  
<http://www.poussedeyogi.com>  
Public : De 4 à 16 ans

#### **Activités**

##### **yoga :**

yoga enfants et jeunes

#### **Stages**

##### **yoga :**

- KamiYoga (conte yoga avec kamishibai),  
5-12 ans  
- TactiYoga parents-enfants à partir de 4 ans

### **PURE FORME**

35 avenue Fontaine Argent  
25000 BESANÇON  
Tel : 06 77 29 18 53  
info@pureforme.com  
http://www.pureforme.fr  
Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- yoga enfants 6-10 ans
- yoga et marche nordique, à partir de 10 ans

### **UCY - UNION COMTOISE DE YOGA**

Espace Simone de Beauvoir  
14 rue Violet  
25000 BESANÇON  
Tel : 03 81 82 37 45  
yoga.union.comtoise@gmail.com  
http://www.franchecomteyoga.com  
Public : Adultes

#### **Stages**

##### **yoga**

### **YOGALUCIOLES**

25000 BESANÇON  
Tel : 09 73 21 71 02  
cw@yogalucioles.fr  
http://www.yogalucioles.fr  
Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- hatha yoga, yoga nidra, respiration, à partir de 12 ans
- yoga pré et post natal

### **ÉCOLE VALENTIN**

#### **ASEV - ASSOCIATION SPORTIVE**

##### **ÉCOLE VALENTIN**

20 rue de la Tuilerie  
25480 ÉCOLE VALENTIN  
Tel : 03 81 53 02 67  
contact.asev@wanadoo.fr  
http://a-sev.fr  
Public : Adultes

#### **Activités**

##### **yoga**

### **GRANDFONTAINE**

#### **CLUB DES LOISIRS GRANDFONTAINE**

Maison des associations  
25320 GRANDFONTAINE  
Tel : 03 81 58 52 25  
bernadette.lanquetin@orange.fr

A titre d'information

Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

A titre d'information

### **MONTFERRAND LE CHATEAU**

#### **SPORTS ET LOISIRS MONTFERRAND**

25320 MONTFERRAND LE CHATEAU  
Tel : 03 81 56 62 86  
jacques.lefort0158@orange.fr  
Public : à partir de 20 ans

#### **Activités**

##### **yoga**

### **PIREY**

#### **SEPP - SOCIETE D'EDUCATION**

##### **POPULAIRE PIREY**

25480 PIREY  
Tel : 05 80 91 73 05  
familleheyd@orange.fr  
https://www.sepp-pirey.com  
Public : Tout public

#### **Activités**

##### **yoga :**

- yoga, contact 03 81 53 36 20
- yoga dynamique, contact 06 72 14 37 65

### **POUILLEY LES VIGNES**

#### **AEP - ASSOCIATION D'EDUCATION**

##### **POPULAIRE L'ETOILE**

10 rue des Vergers du Puits  
25115 POUILLEY LES VIGNES  
aep.etoile@gmail.com  
http://www.aepetoile.fr  
Public : à partir de 16 ans

#### **Activités**

##### **yoga :**

contact 06 89 69 00 23

### **SERRE LES SAPINS**

#### **LA CLE**

Centre culturel sportif et de loisirs  
Rue de la Gare  
25770 SERRE LES SAPINS  
Tel : 03 81 59 97 72  
association.la-cle@wanadoo.fr  
http://associationla-cle.wix.com/la-cle-francois-serre

A titre d'information

#### **Activités**

##### **yoga :**

A titre d'information

