

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
YOGA VINYASA EN LIGNE TOUS NIVEAUX (7:00-8:00)		HATHA YOGA EN LIGNE TOUS NIVEAUX (7:00-8:00)		HATHA YOGA EN LIGNE TOUS NIVEAUX (7:00-8:00)	YOGA DES HORMONES TOUS NIVEAUX (9:15-10:15)	
HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (10:45-12:15)	FELDENKRAIS TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)	PILATES DEBUTANTS (11:00-12:00)	YOGA DOUX REMISE EN FORME TOUS NIVEAUX (11:15-12:15)	HATHA YOGA AU PARC (si le temps le permet) TOUS NIVEAUX (10:00-11:15)	HATHA YOGA DEBUTANTS (10:30-11:30)	PILATES TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)
	EVEIL ENERGETIQUE TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)		YOGA PRENATAL TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)	HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (11:00-12:15)	PILATES TOUS NIVEAUX (10:30-11:30)	YOGA INTEGRAL INTERMEDIAIRE (10:30-12:00)
PILATES TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	QI GONG TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YOGA NIDRA TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YIN YOGA TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YOGA DET detox TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YOGA DU VISAGE TOUS NIVEAUX (12:00-13:00)
				YOGA DU VISAGE TOUS NIVEAUX (12:30-13:15)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	
			YOGA POSTNATAL TOUS NIVEAUX (14:00-15:00)			YOGA EN FAMILLE 1/mois (14:30-15:30)
				YOGA & CANCER TOUS NIVEAUX (16:45-17:45)		
				YOGA SANTE DU DOS TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)		HATHA YOGA FLOW TOUS NIVEAUX (17:00-18:30)
YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (18:15-19:15)	YOGA DOUX TOUS NIVEAUX (18:15-19:15)	PILATES TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)	PILATES TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)	BARRE AU SOL FELDENKRAIS TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)		
					MEDITATION TOUS NIVEAUX (18:30-19:30)	
YOGA SANTE DU DOS TOUS NIVEAUX (19:45-21:00)	YIN YOGA TOUS NIVEAUX (19:30-20:30)	HATHA YOGA FLOW DEBUTANTS/TOUS NIVEAUX (19:15-20:30)	PILATES INTERMEDIAIRE (19:00-20:00)	YOGA ASHTANGA TOUS NIVEAUX (19:15-20:15)		
			YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (19:30-21:00)			
			HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (20:15-21:30)			

Merci de vous inscrire sur notre site et de vous présenter 5-10 minutes avant le début de la séance - Munissez-vous de vêtements confortables et d'un tapis de yoga.