

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
YOGA MATINAL EN LIGNE TOUS NIVEAUX (7:00-8:00)	HATHA YOGA (8:00-9:00)		YOGA MATINAL EN LIGNE TOUS NIVEAUX (7:00-8:00)			
		PILATES & MOUVEMENT (9:30 - 10:30)		PILATES DOUX TOUS NIVEAUX (9:30-10:30)	HATHA TOUS NIVEAUX (10:00-11:00)	
HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (10:45-12:15)	FELDENKRAIS TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)	YOGA DE LA FEMME (10:30-11:30)	YOGA DOUX TOUS NIVEAUX (11:00-12:15)		YOGA DU VISAGE TOUS NIVEAUX (11:00-11:45)	PILATES TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)
		GYM DOUCE TOUS NIVEAUX (11:00-12:00)				YOGA INTEGRAL TOUS NIVEAUX (10:30-12:00)
QI GONG TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (12:15- 13:30)	HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (12:15-13:30)	YOGA PRE & POSTNATAL TOUS NIVEAUX (12:30-13:30)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (12:30 - 13:30)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (12:00-13:00)	
				YIN YOGA TOUS NIVEAUX (12:45-13:45)		
					YIN YOGA TOUS NIVEAUX (15:30-16:45)	YOGA EN FAMILLE 1/mois (16:00-17:00)
					HATHA YOGA TOUS NIVEAUX (17:00-18:15)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (17:15-18:45)
YIN YOGA TOUS NIVEAUX (18:30-19:30)	PILATES TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)	PILATES TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (18:30-19:30)	BARRE AU SOL FELDENKRAIS TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)		
	MEDITATION NIDRA TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)	YOGA VINYASA TOUS NIVEAUX (18:30-19:30)		RESPIRATION & MEDITATION TOUS NIVEAUX (18:00-19:00)		
	YIN YOGA TOUS NIVEAUX (19:00 - 20:15)	PILATES INTERMEDIAIRE (19:00-20:00)	YOGA & GYM DOUCE TOUS NIVEAUX (19:15- 20:15)			
YOGA SANTE DU DOS TOUS NIVEAUX (19:45-21:00)	PILATES TOUS NIVEAUX (19:30-20:30)					

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.