

LUNDI

9h00-10h15
Yoga postural
Marie-Maud

18h30-19h45
Yoga postural
Lola

MARDI**MERCREDI**

18h-19h15
Yoga postural
**Marie-Maud
ou Virginie**

19h30-20h45
Yoga postural
**Marie-Maud
ou Virginie**

JEUDI

11h15-12h15
Thérapeutique
/ Sénior
Marie-Laure

12h45-13h30
Yoga postural
Marie-Laure

18h30-19h45
Yin yoga et
régénérateur
Marie-Laure

VENDREDI**SAMEDI**

9h00-10h30
Yoga postural
Niveaux 2 & 3
**Aurélie, Anne
ou Virginie**

10h45-12h15
Yoga postural
**Aurélie, Anne
ou Virginie**

DIMANCHE

10h-11h15
Yoga postural
Juliette

11h30-12h30
Prénatal &
Postnatal
Juliette

SPÉCIAL ZOOM
avec Aurélie
**yoga postural
et nidra**

dimanche 1er septembre 18h /19h15
lundi 16 septembre 12h30/13h30
dimanche 22 septembre 19h/20h15
vendredi 4 octobre 19h30/20h45
lundi 14 octobre 12h30/13h30
mercredi 23 octobre 8h/9h

lundi 4 novembre 12h30/13h30
vendredi 15 novembre 20h/21h15
vendredi 29 novembre 9h/10h
dimanche 8 décembre 8h30/9h30
vendredi 20 décembre 19h30/20h45
lundi 30 décembre 9h/10h

2024