

LUNDI

09h00 - 10h00 P
YOGA

12h30 - 13h30 H
QI GONG

18h30 - 19h30 A
YOGA

MARDI

10h15 - 11h15 A
PILATES

12h30 - 13h30 A
YOGA

18h00 - 19h30 E
YOGA ASHTANGA


19h30 - 20h30 Ma
RELAXATION MEDITATION

MERCREDI

09h15 - 10h15 A
PILATES

12h30 - 13h30 P
YOGA

17h30 - 18h30 M
PILATES



JEUDI

08h30 - 10h00 E
YOGA SIVANANDA

10h00 - 11h00 Ma
RELAXATION MEDITATION

12h30 - 13h30 M
PILATES

18h15 - 19h30 H
QI GONG

19h30 - 20h30 P
YOGA

VENDREDI

06h45 - 09h15 E
YOGA MYSORE

09h15 - 10h15 A
YOGA

12h30 - 13h30 A
PILATES

18h30 - 19h30 A
PILATES

A : Aline E : Erick H : Hervé Ma : Marie M : Mikaël P : Pascal