

## LUNDI

**9h**  
YOGA DE L'ÉNERGIE 🎵

**9h30**  
PILATES SWISS BALL 🎵

**10h30**  
HATHA & SON 🎵

**10h30**  
POSTNATAL  
avec bébé 🎵

**11h**  
PILATES 🎵

**12h30**  
VINYASA AVANCÉ 🎵

**12h30**  
GESTION DU STRESS 🎵

**12h30**  
PILATES 🎵

**14h30**  
YIN & NIDRA

**16h**  
VINYASA 🎵

**18h15**  
PRÉNATAL 🎵

**18h15**  
HATHA 🎵

**18h15**  
PILATES 🎵

**19h30**  
PILATES STRETCHING 🎵

**19h45**  
VINYASA 🎵

**19h45**  
RESTORATIVE YOGA

## MARDI

**7h30**  
WARRIOR 🎵

**9h**  
HATHA POSTURAL

**9h30**  
PILATES 🎵

**10h45**  
PRÉNATAL 🎵

**11h**  
PILATES SWISS BALL 🎵

**12h30**  
YOGA & MEDITATION 🎵

**12h30**  
PILATES 🎵

**12h30**  
WARRIOR 🎵

**14h30**  
POSTNATAL  
avec bébé 🎵

**14h30**  
YOGATHÉRAPIE 🎵

**16h45**  
QI GONG 🎵

**18h15**  
HATHA 🎵

**18h15**  
PILATES 🎵

**18h15**  
GESTION DU STRESS 🎵

**19h30**  
ASHTANGA 🎵

**19h45**  
PILATES 🎵

**19h45**  
YOGA DE LA FEMME  
RÉGÉNÉRANT 🎵

## MERCREDI

**7h30**  
PILATES 🎵

**9h**  
PILATES 🎵

**10h15**  
HATHA DOUX 🎵

**10h30**  
PRÉNATAL 🎵

**11h**  
PILATES 🎵

**12h15**  
YIN DE LA FEMME 🎵

**12h15**  
YOGALATES 🎵

**12h30**  
VINYASA

**14h30**  
RESTORATIVE & SOUND 🎵

**15h30**  
YOGA ENFANTS 🎵

**16h45**  
PILATES 🎵

**18h**  
HATHA 🎵

**18h15**  
VINI YIN 🎵

**18h15**  
PILATES 🎵

**19h30**  
PILATES 🎵

**19h30**  
PILATES 🎵

**19h30**  
VINYASA 🎵

**19h45**  
YIN 🎵

## JEUDI

**7h30**  
VINYASA 🎵

**9h**  
YOGA DU DOS 🎵

**9h30**  
VINYASA

**10h30**  
HATHA DOUX 🎵

**10h45**  
MÉDITATION

**11h**  
PILATES 🎵

**12h15**  
VINYASA AVANCÉ 🎵

**12h30**  
PILATES 🎵

**12h30**  
HATHA 🎵

**15h**  
PRÉNATAL 🎵

**18h**  
YOGA DU DOS 🎵

**18h15**  
HATHA 🎵

**18h15**  
VINYASA

**19h30**  
ASHTANGA

**19h45**  
VINYASA

**19h45**  
YIN & MÉDITATION 🎵

## VENDREDI

**9h15**  
PILATES 🎵

**10h30**  
YIN 🎵

**10h45**  
HATHA POSTURAL 🎵

**11h30**  
PILATES  
STRETCHING 🎵

**12h15**  
PILATES 🎵

**12h30**  
HATHA 🎵

**12h30**  
PRÉNATAL 🎵

**15h**  
YIN 🎵

**16h45**  
PILATES 🎵

**18h**  
PILATES 🎵

**18h15**  
HATHA PRANAYAMA 🎵

**18h30**  
VINYASA

## SAMEDI

**9h**  
ASHTANGA

**9h15**  
PILATES 🎵

**9h15**  
VINYASA 🎵

**9h30**  
HATHA 🎵

**10h30**  
PILATES SWISS BALL 🎵

**10h45**  
VINYASA 🎵

**11h**  
FAMILY YOGA 🎵

**11h**  
HATHA 🎵

**11h45**  
PILATES  
STRETCHING 🎵

ATELIERS

## DIMANCHE

**9h**  
KUNDALINI 🎵

**9h15**  
HATHA 🎵

**9h45**  
VINYASA AVANCÉ

**10h15**  
PILATES 🎵

**10h45**  
HATHA 🎵

**11h15**  
VINYASA

**11h30**  
PILATES  
STRETCHING 🎵

**18h**  
SUNDAY VINI YIN 🎵