

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 🎵

11h
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 🎵

ATELIERS

18h
SUNDAY VINI YIN 🎵