

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

7h30 WARRIOR

7h30 PILATES

7h30 VINYASA

9h15 PILATES

9h KUNDALINI

9h YOGATHERAPIE

9h15 HATHA POSTURAL

8h45 PILATES

9h30 YOGA DU DOS

9h30 VINYASA

9h15 HATHA

9h YOGA DE L'ÉNERGIE
9h30 PILATES SWISSBALL

9h30 PILATES

10h30 HATHA DOUX

10h45 MÉDITATION

9h30 HATHA

9h45 VINYASA

10h30 VINI-YIN

10h30 PRÉNATAL

11h PILATES

10h45 HATHA
POSTURAL10h30 PILATES
SWISSBALL

10h15 PILATES

10h30 POSTNATAL
avec bébé

10h45 PRÉNATAL

11h PILATES
STRETCHING

10h45 HATHA

11h PILATES

11h PILATES SWISS BALL

11h15 VINYASA

12h30 VINYASA

12h30 YOGA &
MEDITATION

12h15 YOGALATES

12h15 VINYASA
AVANCE

11h VINYASA

11h30 PILATES
STRETCHING12h30 GESTION DU
STRESS

12h30 PILATES

12h15 YIN DE LA FEMME

12h30 PILATES

11h HATHA

12h30 PILATES

12h30 WARRIOR

12h30 VINYASA

12h30 HATHA

12h30 PRÉNATAL

14h45 YIN & NIDRA

14h30 POSTNATAL
avec bébé

14h45 RESTORATIVE

15h PRÉNATAL

11h FAMILY 5-7ans

11h45 PILATES
STRETCHING

17h VINYASA

16h30 QI GONG

14h30 YOGA ENFANTS

15h45 PILATES
STRETCHING

16h YIN

16h45 PILATES

18h PRÉNATAL

18h HATHA

17h PILATES

18h YOGA DU DOS

18h PILATES

18h SURPRISE, COURS
DIFFERENT CHAQUE
SEMAINE

18h SUNDAY VINI YIN

18h15 KUNDALINI

18h15 PILATES

18h15 VINI YIN

18h15 HATHA

18h15 HATHA

18h15 PILATES

18h15 GESTION DU
STRESS

18h15 PILATES

18h15 VINYASA

18h30 VINYASA

19h30 PILATES
STRETCHING

19h30 ASHTANGA

19h30 HATHA POSTURAL

19h30 PILATES

19h45 VINYASA

19h30 PILATES

19h30 VINYASA

19h45 VINYASA

19h45 RESTORATIVE

19h45 YOGA DE LA
FEMME RÉGÉNÉRANT

19h45 YIN

19h45 YIN &
MÉDITATION