

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
			7h30 VINYASA			
9h30 PILATES SWISSBALL	7h30 WARRIOR	10h30 HATHA DOUX		9h PILATES	9h15 PILATES	9h PILATES STRETCHING
10h30 HATHA DOUX	9h30 PILATES			10h YIN	9h15 HATHA	9h15 HATHA
11h PILATES	11h PILATES Swiss Ball	10h45 PILATES PRENATAL	10h45 MÉDITATION	10h45 HATHA	9h30 VINYASA	9h45 VINYASA
		11h PILATES	11h PILATES	11h PILATES STRETCHING	10h30 PILATES Swiss Ball	10h15 PILATES
	12h15 PILATES	12h15 PILATES	12h15 HATHA		10h45 HATHA	10h45 HATHA
12h30 HATHA		12h30 VINYASA	12h15 VINYASA AVANCÉ	12h15 PILATES	11h VINYASA	11h15 VINYASA
12h30 PILATES	12h30 WARRIOR	12h30 YOGA DU VENTRE 	12h30 PILATES	12h30 HATHA	11h FAMILY 5-10ans	11h30 PILATES SWISS BALL
12h30 VINYASA				12h30 PRÉNATAL	11h45 PILATES STRETCHING	
		15h45 PILATES STRECTHING		16h30 YIN & NIDRA		
		17h PILATES	16h45 PILATES	16h45 PILATES		
18h15 VINYASA	18h15 GESTION DU STRESS	18h15 VINI YIN	18h PILATES	18h PILATES		
18h15 PILATES	18h15 PILATES DYNAMIQUE 	18h15 PILATES	18h15 HATHA	18h15 HATHA PRANAYAMA		18h SUNDAY VINI YIN
19h30 PILATES STRETCHING	19h ASHTANGA	19h00 HATHA POSTURAL AVANCÉ	19h15 VINYASA	18h30 VINYASA		
19h45 VINYASA	19h30 PILATES	19h30 VINYASA				
19h45 RESTORATIVE		19h45 YIN	19h45 YOGA DU VISAGE 			

 doux

 modéré

 engagé