

PLANNING YOGA

Septembre à Juin 2024

VERT D'EAU

Studio



Mélodie : 07.83.32.07.23
 Flora : 06.99.58.71.19
 Jennifer : 06.95.21.86.66
 Albane : 07.82.21.75.81
 Cécile : 06.83.28.89.01

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Week-end |
|------------|---|--|---|---|---|--|
| Matin | 9h15-10h30 Hatha Yoga Flora | 9h30-10h45 Sama Yoga Albane | | 9h30-10h30 Yoga doux En mouvement Mélodie | 9h30-10h45 Sama Yoga Albane | Dimanche 10h00-11h00 Vinyasa Yoga Mélodie |
| Midi | 10h45-12h00 Yoga Périnatal* 12h15-13h30 Yoga Périnatal* ou Yoga Nidra | 12h15-13h15 Vinyasa Yoga Dynamique Mélodie | | | | |
| Après-midi | | | | | | |
| Soir | 18h00-19h15 Vinyasa Yoga Jennifer | 18h15-19h30 Hatha Yoga Flora | 18h30-19h45 Sama Yoga Albane | 18h30-19h30 Yin Yoga Etirements profonds Mélodie | 18h30-19h45 Sama Yoga Albane | Dimanche 17h30-19h30 Danse libre Cécile 1 x mois |

Les cours sont ouverts à toutes et tous, débutants ou confirmés, élèves réguliers ou occasionnels. L'inscription est obligatoire, veuillez prévenir vos professeurs en cas d'annulation. * Yoga pré natal ou post natal et maman/bébé ou massage parents/ bébés (horaires adaptables) ** planning sur demande