



YOGA et massage POUR VOUS

Heure/Jour	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7:30					Meditation (Don volontaire)		
9:00			Hatha				
10:30			Yoga and Meditation (english)	Yoga doux			
12:00	Yoga/Pilates		Yoga/Pilates				
16:30		Yoga/Pilates					YIN
18:00		Hatha	Intro au Yoga				
19:15			Hatha				
20:30	Yoga détente						

Horaires Automne 2023

Valide jusqu'au 18 décembre