



































## Cours de Yoga

A partir du 7 Septembre 2023

 Cours en salle et en zoom

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			9h Féminin 			
10h Tous niveaux 	10h Doux 	9h45 Tous niveaux 	10h Qi Gong 	10h Tous niveaux 		
11h30	11h Postnatal 	10h45	10h30 Doux 	11h	11h Tous niv. 	11h Tous niveaux 
	12h				12h Méditation 	12h Pranayama Méditation 
12h30 Dynamique 	12h30 Ts niv. Ballon 	12h30 Tous niveaux 	12h30 Inter. 	12h30 Tous niv. 		
13h30	13h30	13h30	13h45	13h30 Tous niv. Prénatal 		
	15h Postnatal 					
	16h	16h Enfants 				
	17h Tous Niveaux 	17h Ados 		17h15 Enfants 		
	18h	17h30	18h Tous Niveaux 	18h15 Enfants 		
19h Tous niveaux 	18h30 Inter. 	18h30	19h	18h30 Tous Niveaux 		
	19h45 Féminin 	19h Tous niv. Initiation 	19h15 Tous niv. 	19h15 Tous Niveaux 	19h45	
	20h Tous Niveaux 	20h15	20h15	20h30 Inter. 		
	21h			20h30 Méditation 