

Planning des cours octobre 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		9 h 30		
	10 h	Pilates	10 h	
	Qi Gong Emmanuelle	Valérie	Qi Gong Emmanuelle	
		11 h	11 h 15	11 h
	11 h 30 Yoga Nidra Emmanuelle	Hatha Yoga Emmanuelle	Qi Gong Emmanuelle	Ashtanga Yoga Elodie
12 h 30		12 h 30	12 h 30	12 h 30
Yoga Vinyasa Elodie		Méditation Emmanuelle	Do-In Pilates Valérie	Hatha Yoga David
17 h 30			17 h 30	
Pilates Valérie		18 h	Do-In Pilates Valérie	
		Hatha Yoga Emmanuelle		
19 h	19 h		19 h	19 h
Ashtanga Yoga Laurent	Yoga Vinyasa Elodie	19 h 30	Qi Gong Emmanuelle	Natha Yoga Mathieu
19 h (salle2)	20 h 15	Yoga Kundalini Gwenaëlle		
Do-In Valérie	Yoga Vinyasa Elodie			