

Planning des cours septembre 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				9h30
			9 h 45	Hatha Yoga Svetlana
	10 h		Qi Gong Emmanuelle	
	Qi Gong Emmanuelle			
11 h		11 h	11 h	
Ashtanga Yoga Elodie	11 h 15	Hatha Yoga Emmanuelle	Qi Gong Médit. Emmanuelle	
	Yoga Nidra Emmanuelle			
12 h 30		12 h 30	12 h 30	12 h 30
Yoga Vinyasa Elodie		Médit. mantras Emmanuelle	Do-In Pilates Valérie	Gong relax. Svetlana
	16 h			
	Gong relax. Svetlana			
17 h 30			17 h 30	
Pilates Valérie	18 h	18 h	Do-In Pilates Valérie	
	Yoga Vinyasa Elodie	Hatha Yoga Emmanuelle		
19 h			19 h	19 h
Ashtanga Yoga Laurent	19h 30	19 h 30	Qi Gong Médit. Emmanuelle	Natha Yoga Mathieu
	Yoga Vinyasa Elodie	Pilates Valérie		