

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

9H-10H
VINYASA
CHARLOTTE B.
Intermédiaire

9H-10H
HATHA FLOW
PEMA A.
Tous niveaux

8H45-10H
KUNDALINI
ADRIAN P.
Tous niveaux

9H30-10H30
VINYASA (Eng)
VERA G.
Tous niveaux

9H-10H
VINYASA (Eng)
NATALIE K.
Tous niveaux

9H15-10H45
IYENGAR
STÉPHANE B.
Tous niveaux

10H30-11H30
PILATES
CHARLES B.
Tous niveaux

9H-10H15
VINYASA HOT (Eng)
AMIR K.
Intermédiaire

9H-10H15
VINYASA
FLORE T.
Avancé

9H30-10H45
HATHA
ALICE M.
Tous niveaux

9H-10H
PILATES
NATHALIE G.
Tous niveaux

9H30-11H
ASHTANGA
PAULINE L.
Tous niveaux

9H45-11H15
IYENGAR
CARMEN H.
Tous niveaux

10H30-12H
ASHTANGA
YOSHIKA O.
Intermédiaire

10H30-12H
IYENGAR
STÉPHANE B.
Intermédiaire

10H30-12H
IYENGAR RESTAURATIF
STÉPHANE B.
Tous niveaux

10H45-12H15
IYENGAR
CARMEN H.
Tous niveaux

10H45-12H15
IYENGAR
LUIZ B.
Intermédiaire

11H15-12H30
VINYASA
FLORE T.
Avancé

10H-11H15
VINYASA
GÉRALDINE R.
Tous niveaux

11H-12H
YOGA DE LA FEMME
TATIANA E.
Tous niveaux

11H-12H
BODY ENHANCE
MAGOMA
Tous niveaux

11H-12H15
ASHTANGA SHORT FORM
CYRIL L.
Tous niveaux

10H30-12H
ASHTANGA
YOSHIKA O.
Intermédiaire

11H30-12H45
HATHA
ALICE M.
Tous niveaux

11H30-12H30
VINYASA
GWENAËLLE M.
Intermédiaire

11h45-12H45
KALON BARRE
KALON TEACHER
Tous niveaux

12H30-13H30
VINYASA (Eng)
VERA G.
Tous niveaux

12H30-13H45
VINYASA
KAT C.
Intermédiaire

12H30-13H30
HATHA
GWENDAL M.
Tous niveaux

12H30-13H30
PILATES
CARLOS F.
Intermédiaire

12H30-13H30
HATHA
EMMANUEL T.
Tous niveaux

12H30-14H
IYENGAR
CARMEN H.
Tous niveaux

12H30-13H30
PILATES
INGRID M.
Tous niveaux

12H30-13H30
VINYASA
NATALIE K. (Eng)
Tous niveaux

12H30-13H45
VINYASA
KLARA P.
Intermédiaire

12H30-13H45
VINYASA
CHARLOTTE B.
Intermédiaire

14H-17H

ATELIERS

14H-17H

ATELIERS

18H-19H15
KUNDALINI
DARA D.
Tous niveaux

18H30-19H30
HATHA
MARCELA R.
Tous niveaux

18H-19H
VINYASA EXTRA HOT (Eng)
LÉONIE S.
Tous niveaux

17H-18H
HATHA
DAVID P.
Débutant

18H-19H
VINYASA HOT
PIPPA P.
Tous niveaux

17H15-18H30
KUNDALINI
ADRIAN P.
Tous niveaux

17H30-18H45
HATHA
EMMANUEL T.
Tous niveaux

18H30-19H45
VINYASA
BENOIT P.
Intermédiaire

19H-20H30
ASHTANGA
PAULINE L.
Tous niveaux

18H30-20H
IYENGAR
LUIZ B.
Intermédiaire

18H30-19H30
VINYASA
GWENAËLLE M.
Tous niveaux

18H15-19H30
YIN & MÉDITATION (Eng)
AMIR K.
Tous niveaux

17H30-18H30
VINYASA
NADIA M.
Tous niveaux

18H-19H15
VINYASA (Eng)
NATALIE K.
Tous niveaux

19H30-20H45
HATHA
LAURA F.
Intermédiaire

19H45-20H45
VINYASA
NADIA M.
Tous niveaux

19H15-20H45
HOT 26
FRÉDÉRIC C.
Tous niveaux

20H15-21H15
POWER YOGA (Eng)
AMIR K.
Tous niveaux

20H-21H
BAIN SONORE
NATALIE G.
Tous niveaux

19H-20H15
FLOW & BREATHWORK
CHARLOTTE D.
Intermédiaire

19H30-20H45
YIN
EMMANUEL T.
Tous niveaux

 Salle chauffée à 30°
 Salle chauffée à 35°
 Salle chauffée à 40°

*PLANNING INDICATIF DE L'ENSEMBLE DE NOS COURS SUSCEPTIBLE D'ÉVOLUER EN FONCTION DE LA DISPONIBILITÉ DE NOS PROFESSEURS.