

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H-10H VINYASA CHARLOTTE B. Intermédiaire	7H-9H MYSORE CYRIL L.	8H45-10H KUNDALINI ADRIAN P. Tous niveaux	7H-9H MYSORE TRAN B.	9H-10H VINYASA (Eng) NATALIE K. Tous niveaux	9H15-10H45 IYENGAR STÉPHANE B. Tous niveaux	9H30-11H ASHTANGA CYRIL L. Tous niveaux
9H30-10H30 PILATES CHARLES B. Tous niveaux	9H-10H15 VINYASA PEMA A. Tous niveaux	9H-10H15 VINYASA FLORE T. Avancé	9H30-10H30 VINYASA (Eng) VERA G. Tous niveaux	9H-10H30 IYENGAR LUIZ B. Intermédiaire	9H30-11H ASHTANGA PAULINE L. Tous niveaux	10H-11H15 VINYASA GÉRALDINE R. Tous niveaux
10H30-12H ASHTANGA YOSHIKA O. Intermédiaire	9H30-10H30 HATHA MARCELA R. Tous niveaux	10H15-11H15 BODY ENHANCE MAGOMA L. Tous niveaux	9H30-10H45 HATHA ALICE M. Tous niveaux	10H30-12H ASHTANGA YOSHIKA O. Intermédiaire	11H15-12H30 VINYASA FLORE T. Avancé	11H15-12H45 IYENGAR CARMEN H. Tous niveaux
10H45-12H KUNDALINI ADRIAN P. Tous niveaux	10H30-12H IYENGAR STÉPHANE B. Intermédiaire	10H30-12H IYENGAR RESTAURATIF STÉPHANE B. Tous niveaux	10H45-12H15 IYENGAR CARMEN H. Tous niveaux	11H-12H PILATES CHARLOTTE C. Tous niveaux	11H30-12H45 HATHA ALICE M. Tous niveaux	11h45-12H45 KALON BARRE KALON TEACHER Tous niveaux
	11H-12H YOGA DE LA FEMME TATIANA E. Tous niveaux					
12H15-13H45 IYENGAR CARMEN H. 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		
12H30-13H30 VINYASA (Eng) VERA G. Tous niveaux	12H30-13H30 PILATES INGRID M. Tous niveaux	12H30-13H30 VINYASA NATALIE K. (Eng) Tous niveaux	12H30-13H45 VINYASA (Eng) AMIR K. Intermédiaire	12H30-13H45 VINYASA CHARLOTTE B. Intermédiaire		14H-17H  ATELIERS
18H30-19H30 PILATES & MOUVEMENT AURÉLIE D. Intermédiaire	18H30-19H45 VINYASA BENOIT P. Intermédiaire	18H-19H VINYASA EXTRA HOT (Eng) LÉONIE S. Tous niveaux	17H-18H HATHA DAVID P. Débutant	18H-19H VINYASA NADIA M. Tous niveaux	16H30-17H30 HIIT EXTRA HOT PAOLA C. Tous niveaux	17H30-18H45 HATHA EMMANUEL T. Tous niveaux
19H15-20H15 VINYASA NADIA M. Tous niveaux	19H-20H15 ASHTANGA SHORT FORM PAULINE L. Tous niveaux	18H30-20H IYENGAR LUIZ B. Tous niveaux	18H15-19H30 ASHTANGA SHORT FORM CYRIL L. Tous niveaux	18H15-19H30 YIN & MÉDITATION (Eng) AMIR K. Tous niveaux	17H30-18H30 VINYASA PIPPA P. Tous niveaux	18H-19H15 VINYASA (Eng) NATALIE K. Tous niveaux
	20H-21H BAIN SONORE NATALIE G. Tous niveaux	19H15-20H45 HOT 26 ANNABELLE R. Tous niveaux	18H30-19H30 VINYASA GWENNAËLLE M. Tous niveaux		17H45-19H HOT 26 SHORT FORM EVA T. Tous niveaux	19H30-20H45 YIN EMMANUEL T. Tous niveaux
		20H15-21H15 YIN & MÉDITATION (Eng) VERA G. Tous niveaux				

- Salle chauffée à 30°
- Salle chauffée à 35°
- Salle chauffée à 40°
- HOT à d'Octobre à Avril

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