

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*

9H-10H  
**HATHA**  
ALICE M.  
*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*

10H30-11H30  
**PILATES**  
CHARLES B.  
*Tous niveaux*

10H30-12H  
**IYENGAR**  
STÉPHANE B.  
*Intermédiaire*

10H30-12H  
**IYENGAR RESTAURATIF**  
ARNAUD C.  
*Tous niveaux*

10H45-12H15  
**IYENGAR**  
CARMEN H.  
*Tous niveaux*

10H15-12H  
**IYENGAR**  
ARNAUD C.  
*Intermédiaire*

11H15-12H30  
**VINYASA**  
FLORE T.  
*Avancé*

10H-11H15  
**VINYASA**  
GÉRALDINE R.  
*Tous niveaux*

10H30-12H  
**ASHTANGA**  
YOSHIKA O.  
*Intermédiaire*

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

11H-12H  
**BODY ENHANCE**  
MAGOMA  
*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**  
ARNAUD C.  
*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*

18H30-20H  
**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*

 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.

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

20H15-21H15  
**YIN**  
PAULINE L.  
*Tous niveaux*

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

19H30-20H45  
**YIN**  
EMMANUEL T.  
*Tous niveaux*