

LUNDI

8H45-9H45  
**YOGA DU VISAGE**  
SYLVIE L.  
*Tous niveaux*

9H-10H  
**VINYASA**  
CHARLOTTE B.  
*Intermédiaire*

10H30-12H  
**ASHTANGA**  
YOSHIKA O.  
*Tous niveaux*

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

13H-14H30  
**IYENGAR**  
ARNAUD C.  
*Tous niveaux*

16H-17H30  
**KUNDALINI**  
MARIELLA T.  
*Tous niveaux*

18H-19H15  
**VINYASA**  
BENOIT P.  
*Intermédiaire*

18H30-20H  
**INVERSIONS BASES**  
ISABEL H.  
*Tous niveaux*

19H30-21H  
**HATHA INTÉGRAL**  
EMMANUEL T.  
*Intermédiaire*

MARDI

9H-10H  
**SLOW FLOW**  
ALEXANDRA C.  
*Tous niveaux*

10H-11H15  
**HOT VINYASA (Eng)**  
AMIR K.  
*Intermédiaire*

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

11H30-12H30  
**YOGA DE LA FEMME**  
TATIANA E.  
*Tous niveaux*

12H30-13H45  
**VINYASA**  
KAT C.  
*Intermédiaire*

12H45-13H45  
**KALON BARRE**  
EMMA R.  
*Tous niveaux*

17H30-18H30  
**PILATES**  
INGRID M  
*Tous niveaux*

18H-19H15  
**ASHTANGA**  
PAULINE L.  
*Tous niveaux*

19H-20H  
**YIN**  
ALICE M.  
*Tous niveaux*

19H30-20H30  
**VINYASA**  
NADIA M.  
*Tous niveaux*

MERCREDI

8H45-10H  
**KUNDALINI**  
ADRIAN P.  
*Tous niveaux*

9H15-10H30  
**VINYASA**  
FLORE T.  
*Avancé*

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

11H-12H  
**PILATES**  
CHARLES B.  
*Tous niveaux*

12H30-13H30  
**HATHA**  
GWENDAL M.  
*Tous niveaux*

12H30-14H  
**ASHTANGA**  
YOSHIKA O.  
*Tous niveaux*

18H-19H  
**VINYASA EXTRA HOT (Eng)**  
LÉONIE S.  
*Intermédiaire*

18H-19H30  
**IYENGAR**  
LUIZ B.  
*Tous niveaux*

19H30-21H  
**BIKRAM**  
FRÉDÉRIC C.  
*Tous niveaux*

19H45-20H45  
**VINYASA**  
GÉRALDINE R.  
*Tous niveaux*

JEUDI

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

9H30-11H  
**ASHTANGA**  
LILA C.  
*Tous niveaux*

10H30-11H30  
**HATHA**  
TATIANA B.  
*Tous niveaux*

12H30-13H45  
**VINYASA**  
LEONIE S.  
*Intermédiaire*

13H-14H30  
**IYENGAR**  
CARMEN H.  
*Tous niveaux*

17H-18H  
**PILATES**  
CARLOS F.  
*Tous niveaux*

17H-18H30  
**IYENGAR RESTAURATIF**  
ARNAUD C.  
*Tous niveaux*

18H30-19H45  
**JIVAMUKTI 75' (Eng)**  
GWENNAËLLE M.  
*Tous niveaux*

18H45-19H45  
**KALON BARRE**  
ANNABEL P.  
*Tous niveaux*

VENDREDI

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

9H30-11H15  
**IYENGAR**  
ARNAUD C.  
*Avancé*

10H30-12H  
**ASHTANGA 2**  
PAULINE L.  
*Avancé*

12H30-13H30  
**HATHA**  
EMMANUEL T.  
*Tous niveaux*

12H45-14H  
**VINYASA**  
CHARLOTTE B.  
*Intermédiaire*

18H-19H30  
**HOT HATHA**  
ANTOINE P.  
*Tous niveaux*

18H30-19H45  
**YIN & MÉDITATION (Eng)**  
AMIR K.  
*Tous niveaux*

SAMEDI

9H15-10H45  
**IYENGAR**  
STÉPHANE B.  
*Tous niveaux*

9H30-11H  
**ASHTANGA**  
PAULINE L.  
*Tous niveaux*

11H15-12H30  
**HATHA**  
ALICE M.  
*Tous niveaux*

11H30-13H  
**VINYASA**  
FLORE T.  
*Avancé*

14H-17H

**ATELIERS**

17H30-18H30  
**HATHA (Eng)**  
RAJEEV K.  
*Tous niveaux*

17H30-18H45  
**VINYASA**  
NADIA M.  
*Tous niveaux*

DIMANCHE

10H-11H30  
**IYENGAR**  
CARMEN H.  
*Tous niveaux*

10H30-11H30  
**VINYASA**  
GÉRALDINE R.  
*Tous niveaux*

11H45-13H20  
**JIVAMUKTI 95' (Eng)**  
CONOR B.  
*Tous niveaux*

12h-13H  
**KALON BARRE**  
AMBRE C.  
*Tous niveaux*

17H-18H15  
**HATHA**  
EMMANUEL T.  
*Tous niveaux*

17H15-18H45  
**BIKRAM**  
FRÉDÉRIC C.  
*Tous niveaux*

18H45-20H  
**VINYASA (Eng)**  
VERA G.  
*Tous niveaux*

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

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

\*Planning indicatif susceptible d'évoluer en fonction de la disponibilité de nos professeurs.