

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

9H-10H
VINYASA
CHARLOTTE B.
Intermédiaire

9H30-10H30
PILATES
CHARLES B.
Tous niveaux

10H30-12H
ASHTANGA
YOSHIKA O.
Intermédiaire

10H45-12H
KUNDALINI
ADRIAN P.
Tous niveaux

7H-9H
MYSORE
CYRIL L.

9H-10H15
VINYASA
PEMA A.
Intermédiaire

9H30-10H30
HATHA
MARCELA R.
Tous niveaux

10H30-12H
IYENGAR
STÉPHANE B.
Intermédiaire

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

MERCREDI

8H45-10H
KUNDALINI
ADRIAN P.
Tous niveaux

9H-10H15
VINYASA
FLORE T.
Avancé

10H15-11H15
BODY ENHANCE
MAGOMA L.
Tous niveaux

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

12H30-13H30
HATHA
GWENDAL M.
Tous niveaux

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

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

18H30-20H
IYENGAR
LUIZ B.
Tous niveaux

19H15-20H45
HOT 26
ANNABELLE R.
Tous niveaux

20H15-21H15
YIN & MÉDITATION (Eng)
VERA G.
Tous niveaux

JEUDI

7H-9H
MYSORE
TRAN B.

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

9H30-10H45
HATHA
ALICE M.
Tous niveaux

10H45-12H15
IYENGAR
CARMEN H.
Tous niveaux

12H30-13H30
PILATES
CARLOS F.
Intermédiaire

12H30-13H45
VINYASA (Eng)
AMIR K.
Intermédiaire

17H-18H
HATHA
DAVID P.
Débutant

18H15-19H30
ASHTANGA SHORT FORM
CYRIL L.
Tous niveaux

18H30-19H30
VINYASA
GWENNAËLLE M.
Tous niveaux

VENDREDI

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

9H-10H30
IYENGAR
LUIZ B.
Intermédiaire

10H30-12H
ASHTANGA
YOSHIKA O.
Intermédiaire

11H-12H
PILATES
CHARLOTTE C.
Tous niveaux

12H30-13H30
HATHA
EMMANUEL T.
Tous niveaux

12H30-13H45
VINYASA
CHARLOTTE B.
Intermédiaire

18H-19H
VINYASA
NADIA M.
Tous niveaux

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

SAMEDI

9H15-10H45
IYENGAR
STÉPHANE B.
Tous niveaux

9H30-11H
ASHTANGA
PAULINE L.
Tous niveaux

11H15-12H30
VINYASA
FLORE T.
Avancé

11H30-12H45
HATHA
ALICE M.
Tous niveaux

16H30-17H30
HIIT EXTRA HOT
PAOLA C.
Tous niveaux

17H30-18H30
VINYASA
PIPPA P.
Tous niveaux

17H45-19H
HOT 26 SHORT FORM
EVA T.
Tous niveaux

DIMANCHE

9H30-11H
ASHTANGA
CYRIL L.
Tous niveaux

10H-11H15
VINYASA
GÉRALDINE R.
Tous niveaux

11H15-12H45
IYENGAR
CARMEN H.
Tous niveaux

11h45-12H45
KALON BARRE
KALON TEACHER
Tous niveaux

14H-17H

ATELIERS

-  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.