

HORAIRE DES COURS DE YOGA du 3 juillet au 11 septembre 2017

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h						
7.00 - 8.00 Ashtanga-Vinyasa Sylvain (J)		7.00 - 8.00 Ashtanga-Vinyasa Sylvain (J)		7.00 - 8.00 Ashtanga-Vinyasa Sylvain (J)		
9h30						
9.30 - 10.30 Yin doux Champa (J)				9.30 - 10.30 Vinyasa 1-2 Alfonso (J)		10.00 - 11h15 Power Yoga François (M)
					10.30 - 11.45 Hatha 1-2 Pierre-Vincent (J)	10.30 - 11.45 Yin Champa (J)
12h						
12.00 - 13.00 Vinyasa 1-2 Anna (J)	12.00 - 13.00 Vinyasa 1-2 Fanou (M)	12.00 - 13.00 Hatha 1-2 Alfonso (J)	12.00 - 13.00 Vinyasa 1-2 Fanou (J)	12.00 - 13.00 Hatha 1 Alfonzo (J)	12.00 - 13.15 Vinyasa 1-2 Pierre-Vincent (M)	12.00 - 13.15 Vinyasa 1-2 Champa (J)
13.15 - 14.30 Méditation* Caley (J)	13.15 - 14.30 Méditation* Caley (J)	13.15 - 14.30 Thermoméditation* Caley (S)	13.15 - 14.30 Méditation* Caley (J)	13.15 - 14.30 Méditation* Caley (J)		12.00 - 13.15 Hatha 1-2 Marielle (M)
<i>* pas de classe de méditation du 7 au 17 juillet</i>						
15h						
15.00 - 16.15 Yin - Yang Anna (J)	15.00 - 16.15 Hatha Pranayama François (J)	15.00 - 16.15 Vinyasa 1-2 Anna (J)		15.00 - 16.15 Yoga Centre 2-3 Fanou (J)		
17h						
17.00 - 18.00 Hatha 1 Fanou (J)	17.00 - 18.00 Vinyasa 1-2 Pierre-Vincent (J)	17.00 - 18.00 Vinyasa doux Anna (J)	17.00 - 18.00 Hatha Flow Sylvain (J)	17.00 - 18.00 Hatha 1-2 Fanou (J)	17.00 - 18.00 Hatha 1-2 Hannah (J)	17.00 - 18.00 Vinyasa 1-2 Sylvie-Anne (J)
18.05 - 19.05 Vinyasa 2-3 Fanou (J)	18.05 - 19.05 Ashtanga-Vinyasa 2 Sylvain (J)	18.05 - 19.05 Hatha Flow Champa (J)	18.05 - 19.05 Ashtanga-Vinyasa 2 Sylvain (J)	18.05 - 19.05 Vinyasa 1-2 Fanou (J)		18.05 - 19.05 Restauratif Sylvie-Anne (J)
			18.05 - 19.05 Yoga Hanches Marielle (M)			
19h						
	19.10 - 20.10 Hatha 1-2 Pierre-Vincent (M)					
	19.10 - 20.10 Yin Sylvain (J)	19.10 - 20.10 Ashtanga Champa (J)	19.10 - 20.10 Vinyasa 1-2 Marielle (J)			
20.15 - 21.15 Hatha 1-2 Fanou (J)	20.15 - 21.15 Restauratif François (J)	20.15 - 21.15 Yin Anna (M)	20.15 - 21.15 Restauratif Marielle (J)			

Espace

Catégorie de cours

J: jardin
M: Multi
S: Spa

Yoga doux
Yoga dynamique
Méditation



STUDIO BLISS
MASSAGE & YOGA

LE
SAINT
JUDE
GYM & SPA