



Planning de yoga - Eté 2020

LUNDI

18H - 19H : VINYASA FLOW AVEC BÛGE (EN ANGLAIS)

MARDI

12H15 - 13H15 : SLOW FLOW VINYASA AVEC SANDRA
18H15 - 19H15 : YOGA BASICS AVEC MARGOT (DÉBUTANTS)

MERCREDI

8H30 - 9H30 : MORNING VINYASA FLOW AVEC SANDRA
18H15 - 19H15 : VINYASA FLOW AVEC HÉLÈNE

JEUDI

18H15 - 19H15 : VINYASA FLOW AVEC ANDREA
19h30 - 20h30 : YIN YOGA AVEC ANDREA

VENDREDI

12H15 - 13H15 : YOGA ABS AVEC HÉLÈNE

SAMEDI

10H - 11H : YIN YANG AVEC MARGOT (VINYASA + YIN YOGA)

DIMANCHE

ATELIERS (VOIR PLANNING)

-  LIVE
-  STUDIO + LIVE
-  STUDIO

