

LUNDI



9h30-11h

Yogi Movement
& Meditation
avec Lyne - BL



18h-19h15

Slow Yoga Flow
avec Virginia - BL



19h30-21h

Ashtanga
Vinyasa Primary
Series
avec Selena - BL

MARDI



10h-11h15

Hatha + flow énergie
avec Dominique - FR



14h-15h15

Hatha Yoga Tune-Up
avec Selena - BL



18h-19h15

Yoga Flow
avec Angela - BL



19h30-20h30

Yoga Flo II
avec Angela - BL

MERCREDI



7h45-9h

Yoga et entraînement
avec Nathalie - BL



10h-11h15

Kripalu Yoga
avec Anne - BL



18h-19h15

Gentle Heart
Centered Hatha Yoga
avec Cindy - EN



19h30-21h

Heart Centered
Hatha Yoga
avec Cindy - EN

JEUDI



9h15-10h30

Yoga
ayurvédique
avec Jessica - BL



14h-15h15

Fusion Yoga
avec Lyne - BL



18h-19h15

Kripalu Ahimsa
avec Anne - BL



19h30-20h30

Jivamukti Yoga
avec Lysiane - FR

VENDREDI



9h30-11h

Vinyasa Krama
avec Selena - BL



12h-13h

Méditation corps et esprit
avec Sandra - BL



16h-17h15

Easy & Gentle
Yoga
avec Angela - EN



**Événements
spéciaux**
(voir ateliers
sur site web)

SAMEDI



8h30-9h45

1er samedi de chaque mois:

Surya Flow

avec Dina - EN

Autres samedis:

Yoga et entraînement

avec Nathalie - BL



10h15-11h30

Yoga Kripalu
avec Vincent - FR

DIMANCHE



9h45-11h

Hatha + flow énergie
avec Dominique - FR



11h15-12h30

Hatha + flow énergie
avec Dominique - FR



13h30 et 15h15

Yoga pour enfants
(voir ateliers
sur site web)



19h-20h15

Yoga restaurateur
15 et 29 septembre
13 et 27 octobre
10 et 24 novembre



Niveau 1
Débutant



Niveau 2
Intermédiaire



Niveau 3
Avancé



Tous niveaux

