

Adresses des cours en attente de confirmation

LUN MAR MER JEU VEN SAM

18h30*
 Jean
 Yoga tonique
 Vinyasa

20h
 Marie
 Hatha

18h
 Marie
 Yoga doux

20h
 Marie
 Yoga du son

9h30
 Stéphanie
 Hatha

11h
 Francesca
 Pilates Tous
 niveaux

Salle Mouchotte

8 rue du Commandant Mouchotte
 M° Montparnasse - Gaité

MARDI JEUDI

12h15
 Marie
 Hatha Yoga

12h15
 François
 Hatha Yoga

17h45
 Francesca
 Pilates Niv 1

18h45
 Francesca
 Pilates Niv 1/2

19h45
 Francesca
 Pilates progressif
 1 à 3

17h
 Jean
 Yoga détente
 restaurative

18h15
 Jean
 Hatha Yoga

19h30
 Jean
 Yoga tonique
 Vinyasa

Salle Dansomania

59 rue Sarrette
 M° Porte d'Orléans

LUN MER

18h15
 Pascal
 Hatha Yoga

19h30
 Pascal
 Hatha Yoga

18h
 Jean
 Yoga tonique
 Vinyasa

LÉGENDE

YOGA
 1H ou 1H30*

PILATES



Doux



Hatha

Tous niveaux



Tonique/Dynamique
 Vinyasa



Niv 1



Niv 1/2 et
 ts nivx



Progressif
 1 à 3