

14<sup>ème</sup>

## Galerie Kêrvreizh

📍 5, boulevard Edgar Quinet  
🚇 Métros E. Quinet (L6E)

LUNDI

SAMEDI

9h30  
Alice  
HATHA  
YOGA

10h45  
Amira  
PILATES  
NIV 1/2

18h30  
Jean  
YOGA TONIQUE  
VINYASA

20h10  
Marie  
HATHA



14<sup>ème</sup>

## Salle Dansomania

📍 59, rue Sarette  
🚇 Métros Porte d'Orléans (L4)

LUNDI

18h15  
Pascal  
HATHA  
YOGA

19h30  
Pascal  
HATHA  
YOGA

14<sup>ème</sup>

## Salle Mouchotte

📍 8, rue du Cdt. Mouchotte  
🚇 Métros Montparnasse - Gaité

MARDI

12h30  
Amira  
PILATES  
NIV 1/2

17h40  
Francesca  
PILATE  
NIV 1

18h45  
Francesca  
PILATES  
NIV 1/2

19h50  
Francesca  
PILATES  
NIV 1/3

JEUDI

12h15  
François  
HATHA  
YOGA

17h  
Jean  
YOGA DÉTENTE  
RESTORATIVE

18h15  
Jean  
HATHA  
YOGA

19h30  
Jean  
YOGA  
TONIQUE  
VINYASA



- **YOGA DOUX**  
(Hatha doux, Restorative, Yin et Yoga du son)
- **YOGA HATHA Traditionnel**  
(Alliant moments doux et toniques)
- **YOGA TONIQUE**  
(Vinyasa et Hatha tonique)
- **PILATES Niveau 1**
- **PILATES Niveau 1/2**  
(Tous niveaux)
- **PILATES Progressif Niveau 1 à 3**
- Cours 1h30