

— PLANNING —
Yogamania

— EN LIGNE EN DIRECT —

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

9h15
Leila
NIV 1/2

9h
Alekseï
HATHA

12h
Leila
NIV 1

17h30
Leila
TOUS NIVEAUX

17h30
Alekseï
TONIQUE 1

19h
Marianne
HATHA

19h
Fabienne
NIV 2

17h45
Stéphanie
HATHA

19h
Leila
NIV 2

20h
Leila
KUNDALINI


18h45
Alekseï
TONIQUE NIV 2


20h*
Alekseï
TONIQUE
NIV 2

— LÉGENDE —

YOGA : 1H / 1H30*


PILATES

 Doux
(pratique yoga douce axée sur les ressentis)

 Yoga tous niveaux (Hatha)

 Tonique
Vinyasa / Kundalini / Hatha tonique

 Niveau 1

 Niveau 1/2 et tous niveaux

 Niveau progressif 1/2/3 et niveau 2 et 2/3

2023-2024