



Planning 2025/2026

Sauf indication contraire, les cours durent 1 heure. Cours tous niveaux.
Tous les jours sur RDV : séances privées, massages, consultations

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	12h15 Hatha Yoga & bols tibétains	9h15 Hatha Yoga & bols tibétains		11h10 Pilates (50')
12h15 Yoga Flow (50')	16h30 Yoga Pré-Post-natal		12h15 Hatha Yoga & bols tibétains	12h15 Pilates (50')
	18h10 Kundalini Yoga	18h10 Hatha Yoga & bols tibétains	18h10 Hatha Yoga & bols tibétains	
19h30 Hatha Yoga & Bols tibétains	19h15 Yoga Danse	19h30 Calmer le mental (Yoga doux, relaxation)	19h30- 21h30 Théâtre d'impro	

 Alizé

 Alizé / Clément

 Sophie

 La Bulle Carrée

 Géraldine

 Anne

 Leeza Leela