

<b>Lundi</b>	9h45 - 11h00 Hatha-Yoga Classique	11h15 - 12h15 Pratique posturale				18h30 - 19h50 Hatha-Yoga Avancé	20h00 Hatha-Yoga Avancé 21h15**
<b>Mardi</b>	9h45 - 11h00 Hatha-Yoga Classique	11h00 - 12h15 Futures Mamans sur RV	12h30 - 13h30 Hatha-Yoga Classique		17h45 - 18h50 Hatha-Yoga Classique	19h00 - 20h15 Hatha-Yoga Classique	
<b>Mercredi</b>	Réservé aux cours individuels					18h45 - 19h45 Dynamique	19H45- 20H45 Prânayâma et Méditation
<b>Jeudi</b>	9h45 - 11h00 Hatha-Yoga Avancé	11h00 - 12h15 Futures Mamans sur RV	12h30 - 13h30 Hatha-Yoga Classique			17h45 - 19h00 Hatha-Yoga Méditation	19h15- 20h30 Hatha-Yoga Classique
<b>Vendredi</b>	10h00 - 11h15 Hatha-Yoga Classique		12h30 - 13h30 Hatha-Yoga Classique				
<b>Samedi</b>	9h00 - 12h00 Atelier mensuel avec Cécile ou Sabine						

Les enseignants ajusteront la pratique en fonction des besoins de chacun pour mieux vous accompagner.

Prévoir des chaussettes et une grande serviette ou un paréo

Cécile	Anne	Valérie	Françoise	Sabine
--------	------	---------	-----------	--------

Ces horaires peuvent être modifiés en cours d'année. Consultez notre site internet.

\*\* Les cours des lundis 20h seront animés en alternance par Cécile et Françoise