

PLANNING YOGA

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Yoga Récup 10h30-11h45 Margot M	Cours solidaire 11h-12h		Iyengar 10h30-11h45 Margot M	Vinyasa 10h-11h30 Sarah V.	
Vinyasa 12h30-13h30 Zineb	Hatha 12h30-13h30 Zineb	Vinyasa 12h30-13h30 Margot F.	Iyengar 12h30-13h30 Margot M.	Kundalini 12h30-13h30 Nathalie		
			Pré-natal 16h-17h Margot M.	Pranayama Méditation 17h-17h45	Ateliers thématiques	Ateliers thématiques
Hatha 18h-19h Zineb	Bases Yoga 18h-19h Margot F.	Vinyasa 18h-19h Margot F.	Vinyasa * 18h-19h Sarah N.	Yin + nidra 18h-19h15 Margot F.		
Vinyasa * 19h30-20h45 Zineb	Vinyasa * 19h30-20h45 Margot F.	Vinyasa 19h30-20h45 Sarah V.	Hatha 19h30-20h45 Bénédicte			Yin 17h30-19h