

PLANNING DE SEPTEMBRE À FIN DÉCEMBRE 2019-1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
TÔT LE MATIN	<b>HATHA REVEIL MATIN</b>	<b>CONSULTATION NATUROPATHIE ALEXIA SUR RENDEZ-VOUS</b>					
	STACHA - 8H - 1h						
FIN DE MATINÉE		<b>CONSULTATION NATUROPATHIE ALEXIA SUR RENDEZ-VOUS</b>				<b>HOT VINYASA 2</b>	
							HUGO- 11H - 1h15
PAUSE DEJ		<b>NIRVANA YOGA</b>	<b>HATHA 2</b>	<b>HATHA VINYASA</b>	<b>PILATES</b>		
						ALEXIA - 12H30 - 1h	CELINE S. - 12H30 - 1h
APRÈS-MIDI			<b>YOGA 8-12 ANS</b>				
			STACHA -15H - 1h				
			<b>YOGA 3-7 ANS</b>				
			STACHA -16H15 - 1h				
DÉBUT DE SOIRÉE	<b>YOGALATES</b>			<b>TAI CHI - QI GONG</b>			
	CAROLINA - 18H - 1h				CELINE L. - 18H15 - 1h		
SOIRÉE	<b>HATHA</b>	<b>YINYANG FUSION</b>	<b>PRENATAL</b>	<b>PILATES</b>	<b>HATHA RELAXATION</b>		
	CHRISTIN - .19H15 - 1h15					HUGO -19H30- 1h30	STACHA - 19H30 - 1h
	<p>LES NIVEAUX 1 = ACCESSIBLE À TOUS LES NIVEAUX / NIVEAU 2 = EXPERIENCE DU YOGA DEPUIS MINIMUM 6 MOIS / NIVEAU 3 = EXPERIENCE DU YOGA DEPUIS PLUS DE UN AN . LES COURS SANS NIVEAUX SONT ACCESSIBLES À TOUS MÊME AUX DÉBUTANTS.</p>						