

Du 13 septembre 2021 au 24 juin 2022

LUNDI

MARDI


MERCREDI


JEUDI


VENDREDI


WEEKEND


8:00 - 9:00 
VINYASA
Natalia Reynolds - 60'
 Uniquement en ligne


09:00 - 10:15 
HATHA-YOGA
Sonia Coray - 75'

9:00 - 10:00 
YOGA SENIORS
Sonia Coray - 60'


7:30 - 8:30 
HATHA-YOGA
Séverine Perotin - 60'

10:30 - 11:45 
YOGA DOS
Nicole Eraers - 75'

10:30 - 11:30 
YOGA SENIORS
Sonia Coray - 60'


10:30 - 11:45 
YOGA DOS
Véronique Pater - 75'

12:30 - 13:30
HATHA-YOGA
Carine Séchaud - 60'


12:15 - 13:15 
HATHA-YOGA
Sabine Szeless
Olga Abramova - 60'

12:30 - 13:30 
VINYASA - 60'
Arjuna Mallawarachchi

12:30 - 13:30
HATHA-YOGA
Séverine Perotin - 60'

12:15 - 13:15 
HATHA-YOGA
Carole Rawlinson - 60'


13:30 - 14:30
KARMA YOGA
Sabine Szeless - 60'

13:45 - 14:45 
YOGA ADOS
Sonia Coray - 60'

13:30 - 14:45 
YOGA DOS
Carole Rawlinson - 75'


15:00 - 15:50
YOGA ENFANTS 7-11 ANS
Sonia Coray - 50'


15:00 - 16:15
YOGA & FEMINITE
Sonia Coray - 75'

16:30 - 17:30 
YOGA DOUX
Esther Juncal - 60'


17:45 - 19:00
HATHA-YOGA & MEDITATION
Esther Juncal - 75'

18:30 - 19:45 
HATHA-YOGA & PRĀNĀYĀMA
Natalia Reynolds - 75'


18:00 - 19:15 
HATHA-YOGA & PRĀNĀYĀMA
Séverine Perotin - 75'

17:45 - 18:45 
HATHA-YOGA
Sabine Szeless - 60'

19:00 - 20:15
HATHA-YOGA INTENSIF
Séverine Perotin - 75'

19:15 - 20:15 
DÉTENTE & RESPIRATION
Esther Juncal - 60'

ATELIERS, CONFÉRENCES, SÉMINAIRES, FORMATIONS

 Cours en ligne et en présentiel (sauf lundi 8h)