

PROJET RENTREE SEPTEMBRE 2025-2026

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	dimanche
700						
715						
730						
745						
800						
815						
830						
845						
900	900-1000	900-1000				
915						
930	YIN & YANG	PILATES du matin				
945						
1000						
1015		1015-1115		1015-1115		
1030	1030-1130		1030-1130	SLOW FLOW		
1045		SLOW FLOW		DÉBUTANTS		
1100	YOGA s/CHAISE		YOGA s/CHAISE			
1115						
1130						
1145						
1200	1200-1300	1930-2030				
1215						
1230	YOGA HORMONAL	Vinyasa EMILIE				
1245		janv-26				
1300						
1545						
1600						
1615						
1630						
1645	1630-1800			1630-1800		
1700	HATHA YOGA	1700-1800		PRANAYAMA & HATHA YOGA		
1715		YIN YOGA				
1730						
1745						
1800						
1815	1815-1915	1815-1915		1815-1915		
1830						
1845	PILATES du soir	PILATES du soir		YIN YOGA		
1900						
1915						
1930	1930-2030	1930-2030	1930-2030	1930-2030		
1945	NOUVEAU			NOUVEAU		
2000	Power Yoga YAELE	HATHA VINYASA	YIN YOGA	Vinyasa Dynamic LORENA		
2015	oct-25			janv-26		
2030						
2045						



- Veuillez **RESERVER** votre place par WhatsApp **079 240 72 72**
 - Les cours sont donnés dès 3 personnes
 - Les **annulations** moins de 24h à l'avance sont facturées

NOUVEL HORAIRE
 830-930
 PILATES du matin



NOUVEAU
 1200-1300
 Ashtanga vinyasa
FLAVIO
 sept-25

Save your dates!

YOGA/PILATES du dimanche
 05.10 Lara *Breathwork*
 02.11 Lara
 07.12 *Verrée de Noël*

ATELIERS
 28.08 Bain Sonore
 Inscrivez-vous vite, il ne reste plus que 3 places

