

— PLANNING —  
**Yogamania**

— EN LIGNE EN DIRECT —

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

8h

Fabienne  
NIV 1/2

9h15

Leila  
NIV 1/2

8h

Stéphanie  
HATHA

9h

Fabienne  
NIV 1/2

9h

Alekseï  
HATHA

12h

Leila  
TOUS NIVEAUX

17h30

Leila  
TOUS NIVEAUX

19h

Marianne  
HATHA

19h

Fabienne  
NIV 2

19h

Leila  
NIV 2

20h

Leila  
KUNDALINI

20h\*

Alekseï  
TONIQUE  
NIV 2

17h30

Alekseï  
TONIQUE 1


18h45


Alekseï  
TONIQUE  
NIV 2

— LÉGENDE —

YOGA : 1H / 1H30\*


PILATES


 Doux  
(pratique yoga douce axée sur les ressentis)

 Yoga tous niveaux (Hatha)

 Tonique  
Vinyasa / Kundalini / Hatha tonique

 Niveau 1

 Niveau 1/2 et tous niveaux

 Niveau progressif 1/2/3  
et niveau 2 et 2/3

2023-2024