



# HORAIRE AUTOMNE 2023

du 10 septembre au 16 décembre. Sujet à changements sans préavis.



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
ASHTANGA 8H45-10H00 LÉA-CLAUDE				VINYASA 8H30-9H30 MICHELLE 🔥	YOGA FLOW 9H00-10H00 ANNE-MARIE 🔥
	YOGA D'OR 10:00-11:15 FRANCE ●	ARÔMA YOGA 10h00-11h15 NATHALIE 🔥 ●	YIN YOGA 10h00-11h15 ELISABETH ●	YIN CHAUD ÉTIREMENT 10h00-11h15 MICHELLE 🔥 ●	YIN CHAUD ÉTIREMENT 10h30-11h45 KARINE 🔥 ●
	YOGA MIDI 12H00-12H45 ANNE-MARIE				
YOGA D'OR 14:00-15:15 FRANCE ●					HATHA FLOW 10h00-11h00 REBECCA ●
YIN YOGA 17H00-18H00 ELISABETH ●	YOGA FLOW 17h30-18H30 ANAÏS 🔥 ●	ASHTANGA 17h30-18h45 LÉA-CLAUDE ●			CHAKRAS 13H00-14H30 REBECCA 8 OCTOBRE AU 19 NOVEMBRE
INTRODUCTION 18H30-19H30 ANNE-MARIE ●	HATHA-YIN 19H00-20H15 REBECCA 🔥 ●		YIN CHAUD ÉTIREMENT 19H00-20H00 ANAÏS 🔥 ●		12H00 BLOC 2/1 Disponible 7 jours en rediffusion. Un cours actif & un Yin yoga. REDIFFUSION de notre banque de cours pré-enregistrés.
ARÔMA YOGA 20H00-21H15 ANNE-MARIE 🔥 ●		ARÔMA YOGA 20h00-21H00 REBECCA 🔥 ●			

## DIMANCHE

**Légende:** ● Doux, accessible à tous   ● Accessible, plus actif   ● Actif   🔥 Salle chauffée

Salle tempérée 25-27 degrés	Salle non chauffée
Salle chauffée 30-34 degrés	SUR INSCRIPTION

PRENEZ NOTE QUE LA RÉCEPTION EST OUVERTE 30 MINUTES AVANT CHAQUE COURS. IL EST POSSIBLE QUE LE STUDIO SOIT BARRÉ LORSQU'UN COURS A LIEU.