

PLANNING 2022 / 2023 *



PLANNING YOGA

<i>Horaires</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
09h15 / 10h15	YOGA DOUX	YOGA PRÉ NATALE		YOGA DOUX	STRETCHING RENFORCEMENT
10h30 / 11h30					
12h30 / 13h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE				
17h30 / 18h30	VINYASA YOGA		VINYASA YOGA	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	YOGALATES
18h30 / 19h30	VINYASA YOGA		VINYASA YOGA		

* Ce planning peut-être évolutif en fonction de la demande