

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	Samedi
Séances individuelles	Séances individuelles	<i>Cours enfants</i>  10h : 3-5 ans 11h : 6-12 ans	Séances individuelles	07h20 – 08h20 Pratique matinale	
10h30-12h00 Yoga Hatha doux & Respiration/Pranayama				08h30 – 09h30 Pratique matinale	
12h30-13h30 Hatha				10h30-12h00 Yin Yang Yoga	09h30-12h Masterclass thématique mensuelle
Séances individuelles		17h-18h Hatha & méditation		12h30 – 13h30 Vinyasa flow	Ateliers thématiques ponctuels/ séjours et stages
18h30- 20h00 Yoga Vinyasa (tous niveaux)	18h30-20h00 Hatha	18h15 – 19h45 Hatha Yoga	18h30-20h00 Yoga Vinyasa	Séances individuelles	
20h30-21h30 Yin Yoga & Reposant/ Régénérant		20h00 – 21h30 Vinyasa II			