



Lundi

8.30 – 10.30	Mysore class
11 – 12.15	l'Art du Vinyasa avec <i>Silvia Di Rienzo</i> et <i>Laurence Franco</i> <i>Silvia</i> : 2, 16, 23 et 30 / <i>Laurence</i> : le 9
12.30 – 14	Ashtanga 1 avec <i>Silvia Di Rienzo</i> et <i>Laurence Franco</i> <i>Silvia</i> : 2, 16, 23 et 30 / <i>Laurence</i> : le 9
18.30 – 20	Préparation à la seconde série avec <i>Gilles Isautier</i>
20 – 21.30	Restorative Yoga avec <i>Mathilde Salaiün</i> et <i>Marieme Chevalier</i> <i>Mathilde</i> : 9, 23 / <i>Marieme</i> : 16, 30

Mardi

8.30 – 10.30	Mysore class avec <i>Nicolas Legrez</i>
11 – 12.15	Débutants Ashtanga 1 avec <i>Mélanie Thépaut</i>
12.30 – 14	Ashtanga 1/2 avec <i>Sandra Vaz</i>
18 – 19	Yoga Nidra avec <i>Dounia Tahiri</i> <u>A partir du 17 septembre.</u>
19 – 20.15	Débutants Ashtanga 1 avec <i>Mélanie Thépaut</i> <u>A partir du 10 septembre.</u>
20.30 – 22.30	Ashtanga 1-2 avec <i>Joffrey Hubert</i>

Mercredi

8.30 – 10.30	Mysore class avec <i>Nicolas Legrez</i>
11 – 12.15	Ashtanga 1 avec <i>Valentine Tesseire</i> <u>A partir du 11 septembre.</u>
12.30 – 14	Débutants Ashtanga 1 avec <i>Laurence Franco</i>
18.45 – 20.15	Ashtanga 1-2 avec <i>Claudio Ioanna</i> et <i>Evelyn Petruzzino</i> <i>Evelyn</i> : le 11, 18 / <i>Claudio</i> : 25
20.30 – 22	Ashtanga 1 avec <i>Joffrey Hubert</i>

J^{eudi}

8.30 – 10.30	Mysore class avec <i>Nicolas Legrez</i>
11 – 12.15	Hatha Yoga avec <i>Sri Venudas</i> <i>A partir du 12 septembre.</i>
12.30 – 14	Ashtanga 1-2 avec <i>Evelyn Petruzzino</i>
19 – 20.15	Pratique posturale & Yoga Nidra avec <i>Gilles Isautier</i>
20.30 – 22	Débutants Ashtanga 1 avec <i>Gilles Isautier</i>

V^{endredi}

V

8.30 – 10.30	Mysore class avec <i>Nicolas Legrez</i>
11 – 12.15	Débutants avec <i>Laurence Franco</i>
12.30 – 14	Ashtanga 2 avec <i>Silvia di Rienzo</i> et <i>Claudio Ioanna</i> <i>A partir du 13 septembre.</i>
19 – 20.30	Ashtanga 1 avec <i>Joffrey Hubert</i>

S^{amedi}

11 – 12.30	Ashtanga 1 avec <i>Avyy Moureu</i>
13 – 14.30	Ashtanga 1-2 avec <i>Joffrey Hubert</i>
15 – 16.30	Kundalini Yoga et Méditation avec <i>Patricia Iveton</i> <i>A partir du 14 septembre.</i>
17 – 18.30	Ashtanga 1 avec <i>Joffrey Hubert</i>

D^{imanche}

11 – 12.30	Ashtanga tous niveaux avec <i>Tetyana Pers</i>
18.30 – 20	Débutants – Ashtanga 1 et méditation libre avec <i>Son Desoutter</i>