

Calendrier Mensuel

Période en cours : Février 2019

Cours accessibles sans réservations préalables

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas		
11h-12h15 Sauf le 25 Assouplissements Binôme Laurence/XX	11h-12h15 Débutants Ashtanga 1 Mélanie	11h-12h15 Sauf le 13 et 27 Assouplissements Dounia	11h-12h15 Sauf le 28 Hatha Yoga Sri Venudas	11h-12h15 Débutants Laurence	11h-12h30 Ashtanga 1 Avyy	11h-12h30 Ashtanga Tous niveaux Tetyana
12h30-14h Ashtanga 1 Binôme Laurence/XX	12h30-14h Ashtanga 1-2 Sandra	12h30-14h Débutants Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Mysore Dirigée Evelyn	12h30-14h Ashtanga 2 Claudio	13h-14h30 Ashtanga 1-2 Joffrey	
					15h-16h30 Kundalini : Yoga et Méditation Patricia	
18h45 - 20h15 Sauf le 25 Prépa. 2nd série Gilles/Caroline	19h-20h15 Débutants Ashtanga 1 Valentine	18h45-20h15 Ashtanga 1-2 Claudio	19h-20h15 Sauf le 28 Vinyasa Maddalena / Gilles	19h-20h30 Ashtanga 1 Joffrey	17h-18h30 Débutants Joffrey	18h30-20h Débutants Ashtanga 1 Son
20h30-22h Sauf le 25 Restorative Yoga Binôme Marieme/Mathilde	20h30-22h Ashtanga 1-2 Joffrey	20h30-22h Ashtanga 1 Joffrey	20h30-22h Sauf le 28 Débutants Ashtanga 1 Gilles			

Calendrier Hebdomadaire

Période en cours : Du vendredi 1 au jeudi 7 février

Cours accessibles sans réservations préalables

Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 1	Samedi 2	Dimanche 3
8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas		
11h-12h15 Assouplissements Laurence	11h-12h15 Débutants Ashtanga 1 Mélanie	11h-12h15 Assouplissements Dounia	11h-12h15 Hatha Yoga Sri Venudas	11h-12h15 Débutants Laurence	11h-12h30 Ashtanga 1 Avvy	11h-12h30 Ashtanga Tous niveaux Tetyana
12h30-14h Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Ashtanga 1-2 Sandra	12h30-14h Débutants Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Mysore Dirigée Evelyn	12h30-14h Ashtanga 2 Claudio	13h-14h30 Ashtanga 1-2 Frédérique	
					15h-16h30 Kundalini : Yoga et Méditation Patricia	
18h45 - 20h15 Prépa. 2nd série Gilles	19h-20h15 Débutants Ashtanga 1 Valentine	18h45-20h15 Ashtanga 1-2 Claudio	19h-20h15 Vinyasa Gilles	19h-20h30 Ashtanga 1 Frédérique	17h-18h30 Débutants Frédérique	18h30-20h Débutants Ashtanga 1 Son
20h30-22h Restorative Yoga Mathilde	20h30-22h Ashtanga 1-2 Joffrey	20h30-22h Ashtanga 1 Joffrey	20h30-22h Débutants Ashtanga 1 Gilles			

Calendrier Hebdomadaire

Période en cours : Du vendredi 8 au jeudi 14 février

Cours accessibles sans réservations préalables

Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 8	Samedi 9	Dimanche 10
8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas		
11h-12h15 Assouplissements Laurence	11h-12h15 Débutants Ashtanga 1 Mélanie	11h-12h15 Assouplissements Cours annulé Dounia	11h-12h15 Hatha Yoga Sri Venudas	11h-12h15 Débutants Caroline	11h-12h30 Ashtanga 1 Avvy	11h-12h30 Ashtanga Tous niveaux Tetyana
12h30-14h Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Ashtanga 1-2 Sandra	12h30-14h Débutants Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Mysore Dirigée Evelyn	12h30-14h Ashtanga 2 Claudio	13h-14h30 Ashtanga 1-2 Joffrey	15h-18h Atelier Ouverture du Bassin - Techniques de Respiration Caroline Boulinguez
18h45 - 20h15 Prépa. 2nd série Gilles	19h-20h15 Débutants Ashtanga 1 Valentine	18h45-20h15 Ashtanga 1-2 Claudio	19h-20h15 Vinyasa Maddalena	19h-20h30 Ashtanga 1 Joffrey	17h-18h30 Débutants Joffrey	18h30-20h Débutants Ashtanga 1 Son
20h30-22h Restorative Yoga Marieme	20h30-22h Ashtanga 1-2 Joffrey	20h30-22h Ashtanga 1 Joffrey	20h30-22h Débutants Ashtanga 1 Remplaçant			

Calendrier Hebdomadaire

Période en cours : Du vendredi 15 février au jeudi 21 février

Cours accessibles sans réservations préalables

Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 15	Samedi 16	Dimanche 17
8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas		
11h-12h15 Assouplissements Caroline	11h-12h15 Débutants Ashtanga 1 Mélanie	11h-12h15 Assouplissements Dounia	11h-12h15 Hatha Yoga Sri Venudas	11h-12h15 Débutants Zineb	11h-12h30 Ashtanga 1 Carolinet	11h-12h30 Ashtanga Tous niveaux Tetyana
12h30-14h Ashtanga 1 Caroline	12h30-14h Ashtanga 1-2 Sandra	12h30-14h Débutants Ashtanga 1 Laurence	12h30-14h Mysore Dirigée Evelyn	12h30-14h Ashtanga 2 Claudio	13h-14h30 Ashtanga 1-2 Joffrey	
					15h-16h30 Kundalini : Yoga et Méditation Patricia	
18h45 - 20h15 Prépa. 2nd série Caroline	19h-20h15 Débutants Ashtanga 1 Valentine	18h45-20h15 Ashtanga 1-2 Gilles	19h-20h15 Vinyasa Maddalena	19h - 20h30 Ashtanga 1 Joffrey	17h-18h30 Débutants Joffrey	18h30-20h Débutants Ashtanga 1 Son
20h30-22h Restorative Yoga Marieme	20h30-22h Ashtanga 1-2 Joffrey	20h30-22h Ashtanga 1 Joffrey	20h30-22h Débutants Ashtanga 1 Avyy			

Calendrier Hebdomadaire

Période en cours : Du vendredi 22 février au jeudi 28 février

Cours accessibles sans réservations préalables

Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 22	Samedi 23	Dimanche 24
8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas	8h30-10h30 Mysore Nicolas		
11h-12h15 Assouplissements Remplaçant	11h-12h15 Débutants Ashtanga 1 Mélanie	11h-12h15 Assouplissements Dounia	11h-12h15 Hatha Yoga Sri Venudas	11h-12h15 Débutants Remplaçant	11h-12h30 Ashtanga 1 Avyy	11h-12h30 Ashtanga Tous niveaux Tetyana
12h30-14h Ashtanga 1 Zineb	12h30-14h Ashtanga 1-2 Evelyn	12h30-14h Débutants Ashtanga 1 Zineb	12h30-14h Mysore Dirigée Evelyn	12h30-14h Ashtanga 2 Remplaçant	13h-14h30 Ashtanga 1-2 Joffrey	15h - 18h Atelier de Restorative Yoga Avec Lou de Vitry Tarifs : 40/45€
18h45 - 20h15 Prépa 2nd série Gilles	19h-20h15 Débutants Ashtanga 1 Valentine	18h45-20h15 Ashtanga 1-2 Remplaçant	19h-20h15 Vinyasa Gilles	19h-20h30 Ashtanga 1 Joffrey	17h-18h30 Débutants Joffrey	18h30-20h Débutants Ashtanga 1 Son
20h30-22h Restorative Yoga Marieme	20h30-22h Ashtanga 1-2 Joffrey	20h30-22h Ashtanga 1 Joffrey	20h30-22h Débutants Ashtanga 1 Gilles			