



Cours à l'unité 25€ ou 27€
 Carte découverte 3 cours 45€
 Cartes 5, 10 ou 30 cours
 110€, 200€ ou 510€
 Formules illimitées

YOGA, PILATES & MÉDITATION

*femmes enceintes OK - ** femmes enceintes habituées à la pratique du Vinyasa OK - ***bébés bienvenus, OK avant rééducations

A partir du 26 août 2024 New profe New cours

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|--|--|---|---|---|-------------------------------------|---|
| 8h45-9h45 Pilates dynamique Amélie | | | | | | |
| 10h- 11h Pilates doux* Amélie | 10h30 - 11h30 Yoga prénatal* Annabelle | 10h - 11h Pilates doux* Charlotte | 10h30 - 11h30 Yoga postnatal*** Annabelle | 10h - 11h Pilates doux Oriane | | 11h - 12h Vinyasa Clarelle |
| 12h30 - 13h30 Vinyasa Clara | 12h30 - 13h30 Pilates x Barre x Yoga Charlotte | 12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Mathilde | 12h30 - 13h30 Vinyasa Sophia | 12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Oriane | | |
| | | | | | 13h - 14h Slow Vinyasa* Laure | |
| 18h45 - 19h35 Hatha* Sophia | 19h30 - 20h30 Vinyasa** Charlotte | | 19h30- 20h30 Vinyasa Camille | | | 17h - 18h Hatha doux & Yin* Luciana |
| 19h50-21h Vinyasa & sound Sophia | | 20h15 - 21h15 Pilates tous niveaux Mathilde | | | | 18h15 - 19h15 Vinyasa & sound Luciana |