



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
				11h15 - 12h15 Pilates prénatal* Oriane		
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						17h - 18h Hatha doux & Yin* Luciana
19h50-21h Vinyasa & sound Sophia	19h30 - 20h30 Vinyasa** Charlotte		19h30- 20h30 Vinyasa Camille			18h15 - 19h15 Vinyasa & sound Luciana
		20h15 - 21h15 Pilates tous niveaux Mathilde				