

Planning Yoga Citta : 2022-2023

(les cours également disponibles par zoom sont indiqués ci-dessous)

	Matin	Midi	Début Soirée	Fin Soirée
LUNDI		12:30-13:30 VINYASA Marion (et par zoom)	18:30-19:30 VINYASA Marion	19:45-20:45 Yoga inversions Marion
MARDI	10:30-11:30 YOGA DOUX Marion (et par zoom)	12:30-13:30 HATHA Marion (et par zoom)	18:30-19:30 VINYASA Sarah	19:45-20:45 Yoga méthode de Gasquet pour le dos Laure
MERCREDI			18:30-19:30 YIN Lola	19:45-20:45 VINYASA Lola
JEUDI		12:30-13:30 POWER YOGA Marion (et par zoom)	18:30-19:30 HATHA Cozette	19:45-20:45 VINYASA Coraline
VENDREDI	8:45-9:45 VINYASA Marion (et par zoom)	12:30-13:30 HATHA Marion (et par zoom)	Ateliers (voir site internet)	
SAMEDI		10:00-11:15 VINYASA Coraline/ Cozette/Laure	Ateliers /formations (voir site internet)	
DIMANCHE		11:00-12:15 VINYASA Cozette	Ateliers/formations (voir site internet)	18:30-19:30 YIN Laure