

PLANNING YOGA 2024

Site Internet www.lamaisondelalchimiste.fr

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
9h		9h30 Yoga doux * Fanny (1h15)			9h30 Ashtanga yoga Franco (1h30)	9h30 ** Yoga doux/ hatha yoga (1h30)	
10h				10h Hatha yoga Fanny (1h30)			
11h						11h30 Hatha yoga Manon (1h30)	
12h		12h15 Yoga Iyengar Christian (1h15)	12h30 Yin yoga Manon (1h15)	12h Ashtanga yoya Fanny (1h15)			
16h				16h45 Yoga doux* Marie-Laure (1h15)			
17h	17h45 Ashtanga yoga Raphaëlle (1h30)						
18h		18h45 Yoga doux * Manon (1h15)	18h30 Vinyasa yoga Manon (1h15)	18h30 Hatha yoga Manon (1h30)			
19h	19h30 Yoga doux * Raphaëlle (1h15)				19h Hatha yoga Manon (1h15)		

Cours bleutés : hors abonnement, contacter le professeur directement pour l'inscription

* Cours adapté à la femme enceinte

** Yoga doux : Marie-Laure/ Hatha yoga : Fanny

Tous les cours (sauf les bleutés): yogalchimie@gmail.com

Manon : manon.nastorg@gmail.com

Christian : adhiththanayoga@gmail.com

Franco : yogafrancosenica@gmail.com