

## LUNDI

## MARDI

## MERCREDI

## JEUDI

## VENDREDI

## SAMEDI

## DIMANCHE

7h30 WARRIOR

7h30 VINYASA

9h15 PRÉNATAL

9h YOGATHERAPIE

10h30 HATHA DOUX

9h15 HATHA FLOW

9h PILATES

9h15 PILATES

9h PILATES  
STRETCHING

9h30 PILATES SWISSBALL

9h15 HATHA POSTURAL

9h30 QI GONG

10h30 YIN

9h30 VINYASA

9h15 HATHA

10h30 HATHA DOUX

9h30 PILATES

10h45 PILATES PRÉNATAL

10h45 MÉDITATION

10h45 HATHA  
POSTURAL10h30 PILATES  
SWISSBALL

9h45 VINYASA

10h45 POSTNATAL  
avec bébé10h45 PRÉNATAL  
INTÉGRATIF

11h PILATES

11h PILATES

11h PILATES  
STRETCHING

10h15 PILATES

11h PILATES

11h PILATES SWISS BALL

10h45 HATHA

10h45 HATHA

12h30 VINYASA

12h15 PILATES  
STRETCHING

12h15 YOGALATES

12h15 HATHA

12h15 PILATES

11h VINYASA

11h15 VINYASA

12h30 GESTION DU  
STRESS

12h30 WARRIOR

12h30 VINYASA

12h30 VINYASA  
AVANCÉ

12h30 HATHA

11h FAMILY 5-10ans

11h30 PILATES  
SWISS BALL

12h30 PILATES

12h30 YOGA &  
MEDITATION12h30 HATHA  
POSTURAL

12h30 PILATES

12h30 PRÉNATAL

11h45 PILATES  
STRETCHING

14h45 BAIN SONORE

14h30 POSTNATAL  
avec bébé15h45 PILATES  
STRETCHING

15h PRÉNATAL

16h30 YIN &  
RELAXATION SONORE

17h PILATES

16h45 PILATES

18h15 VINYASA

18h15 VINI-YIN

18h15 HATHA  
POSTURAL

18h YOGA DU DOS

18h PILATES

18h PILATES

18h SUNDAY VINI YIN

18h15 YIN NIDRA

18h15 PILATES

18h15 VINI YIN

18h15 HATHA AVANCÉ

18h15 HATHA  
PRANAYAMA

18h15 PILATES

18h15 GESTION DU  
STRESS

18h15 PILATES

18h15 VINYASA

18h30 VINYASA

19h30 PILATES  
STRETCHING

19h30 ASHTANGA

19h45 HATHA POSTURAL  
AVANCÉ

19h30 PILATES

18h30 DANSE  
INTUITIVE

19h45 VINYASA

19h30 PILATES

19h30 VINYASA

19h45 VINYASA AVANCÉ

19h45 RESTORATIVE

19h45 YOGA DE LA  
FEMME

19h45 YIN

19h45 YIN