

HORAIRE ÉTÉ

du 4 juin au 2 septembre 2018

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN						HATHA FLOW 9h00 - 10h00 Cynthia R.	
	HATHA FLOW 10h - 11h30 Alexandra	VINYASA 10h - 11h30 Malorie	HATHA FLOW 10h - 11h30 Malorie	HATHA ALIGNEMENT 10h - 11h30 Julien	HATHA FLOW 10h - 11h30 Marie	VINYASA 10h - 11h30 Alexandre	HATHA FLOW 10h - 11h30 Marie
		YOGA 50+ 10h30 - 12h Ginette					
	VINYASA 12h - 13h Malorie	HATHA FLOW 12h - 13h Kathya	HATHA FLOW 12h - 13h Hiyäm	HATHA FLOW 12h - 13h Hiyäm	HATHA FLOW 12h - 13h Kathya	HATHA FLOW 12h - 13h30 Alexandre	VINYASA 12h - 13h15 Catherine
APRÈS-MIDI							
	HATHA 16h30 - 17h45 Kathya	HATHA 16h30 - 17h45 Rocio	HATHA FLOW 16h30 - 17h45 Kathya	HATHA FLOW 16h30 - 17h45 Émilie	HATHA 16h30 - 17h45 Hiyäm	HATHA FLOW 16h - 17h15 Émilie/Pascal	HATHA FLOW 16h - 17h15 Kathya
	HATHA FLOW (EN) 17h - 18h Adam	HATHA FLOW 17h - 18h Cynthia	HATHA FLOW 17h - 18h Malorie	HATHA FLOW 17h - 18h Alexandre			
SOIR	VINYASA 18h - 19h15 Cynthia	VINYASA 18h - 19h15 Cynthia	HATHA & NIDRA 18h - 19h15 Marie/Sylvie	VINYASA 18h - 19h30 Alexandre	HATHA FLOW (EN) 18h - 19h15 Adam		H. FLOW & NIDRA RESTAURATIF 18h00 - 19h15 Marie
	HATHA & NIDRA (EN) 18h15 - 19h30 Adam	HATHA RÉGÉNÉRATEUR 18h15 - 19h30 Rocio	HATHA FLOW 18h15 - 19h30 Émilie	YIN * AROMA THÉRAPEUTIQUE 18h15 - 19h30 Marie			
	CONSCIENCE ÉNERGÉTIQUE/ YOGA DES CHAKRAS 19h30 - 20h45 Ginette	VINYASA EXTASE (EN/FR) 19h30 - 21h Adam/Sylvie	YIN * AROMA THÉRAPEUTIQUE 19h30 - 20h45 Carine		YIN * AROMA THÉRAPEUTIQUE 19h30 - 20h45 Carine		
	HATHA FLOW * CANDLE LIGHT A LA BOUGIE 20h - 21h Marie	HATHA FLOW * CANDLE LIGHT A LA BOUGIE 20h - 21h Malorie					

COURS OUVERTS
Présentez-vous en tout temps!

 **TEMPÉRÉ. WARM**
82°F / 27°C

MASTERCLASS avec Sylvie Tremblay

HATHA & NIDRA

Mercredi 4 & 11 juillet

VINYASA EXTASE

Mardi 26 juin & 28 août