

# Yoga Studio “bien-être et santé”

octobre 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>10h00-11h15</b> Hatha Yoga Doux		<b>9H30- 10h45</b> Hatha Yoga Doux		Coaching sur RDV	Coaching sur RDV
				Coaching sur RDV	<b>10H30 - 11h45</b> <b>Yoga Danse</b>
<b>12H30- 13h30</b> Hatha Yoga			<b>12H30- 13h30</b> Hatha Yoga		
		<b>14h30 - 15h45</b> <b>Yoga danse</b>			
<b>18h15 - 19h30</b> Hatha Yoga “Souple et D- Stress” Débutant		<b>18h15- 19h30</b> Hatha Yoga “Souple et D-stress”		<b>18h15 - 19H30</b> Séance thématique ex. “mieux communiquer, prendre la parole, respiration... 1 fois par mois	
	<b>19h - 20H15</b> Hatha Yoga		<b>19h00 - 20h15</b> Yoga Vinyasa Dynamique		
	<b>20h15 - 21 h30</b> <b>Yoga danse</b>				