

# Horaire automne 2019



## RELAXATION

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
YOGA POW gr. 1 8h30-9h		YOGA POW gr. 3 8h30-9h	YOGA SUP gr. 2 9h05-10h05	
	YOGA DYNAMIQUE gr. 2 9h30-10h30	TAÏ-CHI gr. 1 9h30-10h30	QI GONG 10h45-11h45	TAÏ-CHI gr. 2 10h45-11h45
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE gr. 1 10h45-11h45		YOGA ÉNERGÉTIQUE gr. 2 10h45-11h45	YOGA POW gr. 5 12h10-12h40	
YOGA POW gr. 2 12h10-12h40	MÉDITATION gr. 1 12h10-12h40	YOGA POW gr. 4 12h10-12h40	YOGA DYNAMIQUE gr. 3 12h40-13h40	MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE gr. 2 12h05-12h50
YOGA DYNAMIQUE gr. 1 12h40-13h40	YOGA ÉNERGÉTIQUE gr. 1 14h15-15h15	ESSENTRICS gr. 2 14h15-15h15	YIN YOGA gr. 2 14h15-15h15	
		MÉDITATION gr. 2 15h45-16h45	YOGA ÉNERGÉTIQUE gr. 4 15h30-16h30	
YIN YOGA gr.1 19h30-20h30		YOGA ÉNERGÉTIQUE gr. 3 19h30-20h30	YOGA DYNAMIQUE gr. 4 19h30-20h30	
		YOGA SUP gr. 1 20h20-21h20	ACCRO YOGA gr. 1 20h-21h	

Voir la page du cours désiré pour connaître le local et le prix.