



Cours à l'unité 22€, 25€ ou 25€
 Carte découverte 3 cours 45€
 Cartes 5, 10, 20 ou 30 cours
 110€, 200€, 360€ ou 510€
 Formules illimitées

YOGA, PILATES & MÉDITATION

*femmes enceintes OK - ** femmes enceintes habituées à la pratique du Vinyasa OK - ***OK avant rééducations, bébés bienvenus

Jusqu'au 21 juillet 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h45-9h45 Pilates dynamique Oriane						
10h- 11h Pilates doux* Oriane	10h30 - 11h30 Yoga prénatal* Annabelle	10h - 11h Pilates doux* Charlotte	10h30 - 11h30 Yoga postnatal*** Annabelle	10h - 11h Pilates doux Oriane		11h - 12h Vinyasa Clarelle
12h30 - 13h30 Vinyasa Clarelle	12h30 - 13h30 Souplesse & mobilité Charlotte	12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Mathilde	12h30 - 13h30 Vinyasa Sophia	12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Oriane	12h45 - 13h45 Slow Vinyasa* Luciana	
18h45 - 19h35 Yoga prénatal dynamique* 50' Sophia	19h30 - 20h30 Vinyasa** Charlotte	19h - 20h Vinyasa Camille				17h - 18h Hatha doux & Yin* Coralie
19h50 - 21h Vinyasa & méditation sonore Sophia		20h15 - 21h15 Pilates tous niveaux Mathilde				18h15 - 19h45 Vinyasa & méditation sonore Katia





Cours à l'unité 22€, 25€ ou 25€
 Carte découverte 3 cours 45€
 Cartes 5, 10, 20 ou 30 cours
 110€, 200€, 360€ ou 510€
 Formules illimitées

YOGA, PILATES & MÉDITATION

*femmes enceintes OK - ** femmes enceintes habituées à la pratique du Vinyasa OK - ***bébés bienvenus, OK avant rééducations

A partir du 19 août 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h45-9h45 Pilates dynamique Oriane						
10h- 11h Pilates doux* Oriane	10h30 - 11h30 Yoga prénatal* Annabelle	10h - 11h Pilates doux* Charlotte	10h30 - 11h30 Yoga postnatal*** Annabelle	10h - 11h Pilates doux Oriane		11h - 12h Vinyasa Clarelle
				11h15 - 12h15 Pilates prénatal* Oriane		
12h30 - 13h30 Vinyasa Pomme	12h30 - 13h30 Pilates x Barre x Yoga Charlotte	12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Mathilde	12h30 - 13h30 Vinyasa Sophia	12h30 - 13h30 Pilates tous niveaux Oriane	13h - 14h Slow Vinyasa* Laure	
18h45 - 19h45 Hatha doux & Yin* Sophia	19h30 - 20h30 Vinyasa** Charlotte	19h - 20h Vinyasa Camille				17h - 18h Hatha doux & Yin* Luciana
20h-21h Vinyasa & sound Sophia		20h15 - 21h15 Pilates tous niveaux Mathilde				18h15 - 19h15 Vinyasa & sound Luciana

NEW