






Septembre 2017

Du lundi 18 au samedi 30

À NOTER

Jeudi 28 septembre : Mysore (Niveau intermédiaire) 7h-9h30
7 & 8 octobre : My Yoga Pop Festival à Valmy

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H-10H30 VINYASA FLOW		Nouvel horaire 10H00-10H45 YOGA ENFANTS 3-8ans		9H-10H HATHA YOGA	10H-11H POWER YOGA	
11H - 12H PILATES		11H00-12H00 PILATES		10H-11H PILATES 	11H-12H YIN YOGA	
12H25-13H10 YIN YOGA	12H25-13H10 POWER YOGA	12H25-13H10 ASHTANGA YOGA	12H25-13H10 PILATES	Nouvel horaire 11H00-12H00 YOGA PRÉ/POST NATAL 	12H-13H YIN YOGA	
		Nouvel horaire 15H00-16H00 YOGA ADOS 9-14ans		12H25-13H10 YOGA DÉTENTE		
		Nouvel horaire 16H30-17H30 YOGA / PILATES PRÉ/POST NATAL 				
17H45-18H30 YIN YOGA	17H45-18H30 PILATES 	17H45-18H30 YIN YOGA	17H45-18H30 PILATES 	17H30-18H30 PILATES		
18H30-19H30 ASHTANGA YOGA	18H30-19H30 PILATES	18H30-19H30 YIN YOGA	18H30-20H OPEN FLOW	18H30-19H30 THE FLOW*		
20H-21H HOT HATHA YOGA	19H30-21H YIN & YANG FLOW	20H-21H HOT POWER YOGA	<i>*Jiva Flow/Mandala Flow/ Power</i>	<i>*Selon semaine : Mandala flow, Vinyasa flow, Power flow</i>		

 Sur réservation
Via le site internet, par email à contact@movingyoga.fr
ou par téléphone au 09.82.32.86.57

Les cours de 1h30 peuvent être décomptés des carnets de HOT ou bien prix à la séance 15€
Pensez à le consulter le planning détaillé sur le site internet movingyoga.fr