

	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
Toute la journée						
6:00						
7:00						
8:00						
9:00						Samedi du Yogi - Parcours Philosophique 09:00 - 12:00 Anissa
10:00		Yoga Postural Doux 09:40 - 10:40 Anissa				
11:00	Yoga Postural tous niveaux 11:00 - 12:00	Gainage Postural doux 11:00 - 12:00 Anissa		Entretien articulaire 11:00 - 12:00 Anissa	Etirement Postural Doux 11:00 - 12:00 Anissa	
12:00	Yoga Postural tous niveaux 12:20 - 13:20	Yoga Postural tous niveaux 12:20 - 13:20		Yoga Postural tous niveaux 12:20 - 13:20	Yoga Postural tous niveaux 12:20 - 13:20	
13:00						
14:00						Fly Yoga Initiation 14:00 - 15:00 Anissa
15:00						
16:00						
17:00			Etirement Postural tous niveaux 17:00 - 18:00	Gainage Postural tous niveaux 17:00 - 18:00	Yoga Postural tous niveaux 17:00 - 18:00	
18:00	Etirement Postural tous niveaux 18:00 - 19:00	Yoga Postural tous niveaux 18:15 - 19:15	Yoga Postural tous niveaux 18:15 - 19:15	Yoga Flow Intermédiaire/avancé 18:20 - 19:20		
19:00	Méditation du Lundi soir 19:20 - 20:20 Anissa		Yin Yoga 19:30 - 20:30	Yoga Postural débutant 19:35 - 20:35 Anissa		
20:00						