

Horaires à partir de septembre 2024

(si le nombre d'inscriptions en novembre est insuffisant, certains cours pourront être supprimés)
(sauf vacances scolaires et jours fériés)

AUVERS	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h - 10h	Yoga débutant		Yoga inter		Yoga débutant /inter
10h15- 11h15	Pilate fitness		Relax nidra		
18h45 - 19h45				Yoga avancé	
19h - 20h		Yoga abdominaux			
20h - 21h				Relax nidra	
20h15 - 21h15		Yoga inter			

CHAMPAGNE	Lundi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h - 10h				Yoga débutant
10h15 - 11h15				Relax nidra
14h - 15h	Yoga inter			
15h15 - 16h15	Yoga abdos			
16h45 - 17h45		Pilate fitness		
18h - 19h		Yoga tonic		
19h - 20h			Yoga avancé	
19h15 - 20h15		Yoga débutant /inter		
20h15 - 21h15			Relax nidra	