PLANNING RENTREE 2026

Lundi

6h-7h
ASHTANGA YOGA
1semaine/2
Chloé

16h15-17h15
PILATES
Benjamin

18h30-19h30
HATHA YOGA & SON
Élise (reprise en 2027)

19h45-20h45
DANSE NIA
Marie-Laure

Mardi

9h30-10h30
YOGA VINYASA
Chloé

14h30-15h30
YIN YOGA
Chloé

18h30-19h30
ASHTANGA YOGA
Chloé

20h-21h
YOGA VINYASA
Chloé

Mercredi

10h30-11h30
ATELIER MON MOMENT MAGIQUE
bébé/parent Alizée

14h30-16h
ATELIER MON MOMENT MAGIQUE
6/8 ans Alizée

16h30-17h30
ATELIER MON MOMENT MAGIQUE
3/6 ans Alizée

18h30-19h30
YOGA AÉRIEN
Mélanie

19h45-20h45
YOGA AÉRIEN
Mélanie

Jeudi

14h-15h
SOPHROLOGIE
Gaëtane

18h30-19h30
YOGA VINYASA
Chloé

19h45-20h45
YIN YOGA
Chloé

Vendredi

9h30-10h30
ASHTANGA YOGA
Chloé

11h-12h
YOGA PRÉNATAL / POSTNATAL AVEC BÉBÉ
1semaine/2
Chloé

12h30-13h30
YOGA VINYASA
Chloé

17h-18h
YOGA ADAPTÉ
Rachel

18h-19h
YOGA ADOS 14/18 ANS
Rachel

Samedi

10h-13h
STAGES
ASHTANGA VINYASA OU YIN
Chloé

15h-17h
STAGES
ASHTANGA VINYASA OU YIN
Chloé

Dimanche

10h-13h
STAGES
ASHTANGA VINYASA OU YIN
Chloé

10h-12h
STAGES
YOGA AÉRIEN ADULTES OU ENFANTS
Mélanie

RETRAITES WEEKENDS - 20 au 22/11/26 + 23 au 25/04/27
IMMERSIONS YOGA - 29 au 31/01/27 + 9 au 11/04/27
19h-21h > YIN LE VENDREDI + 10h-13h > ASHTANGA LE SAMEDI
+ 15h-17h > VINYASA LE SAMEDI + 10h-12h > VINYASA LE DIMANCHE
Chloé