

# 2023-2024

## Lundi

**7h15-8h15**  
Ashtanga Yoga  
Chloé

**19h-20h**  
Pilates  
Lauriane

## Mardi

**9h30-10h30**  
Yoga Vinyasa  
Chloé

**18h30-19h30**  
Ashtanga Yoga  
Chloé

## Mercredi

**9h45-10h30**  
ContaKids 2/5 ans  
Marine

**10h45-11h45**  
Acroyoga 5/10 ans  
Marine

**14h30-16h**  
Théâtre 3/7 ans  
My

**16h30-17h30**  
Yoga 7/12 ans  
Chloé

**18h-19h**  
Sophrologie  
Delphine

## Jeudi

**18h-19h**  
Yoga Vinyasa  
Chloé

**19h15-20h15**  
Yin Yoga  
Chloé

## Vendredi

**9h30-10h30**  
Yoga Prénatal  
Chloé

**10h45-11h45**  
Yoga Postnatal  
avec bébé  
Chloé

**12h30-13h30**  
Yoga Vinyasa  
Chloé

**14h30-15h30**  
Sophrologie  
Delphine

## Samedi

**9h45-10h30**  
ContaKids 2/5 ans  
Marine

**10h45-11h45**  
Acroyoga 5/10 ans  
Marine

**10h-12h**  
Stage de Yoga  
Plateau25 Nantes  
Chloé

## Dimanche

**10h-12h**  
Stage de Yoga  
Shala Campbon  
Chloé