

# HORAIRE PRINTEMPS 2024

avril - 18 mai

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

**Pura Vida** 🔥  
Karina 10:00 à 11:00

**Midi Yoga**  
Emilie 12:00 à 13:00

**Pura Vida** 🔥  
Karina 16:30 à 17:30

**Hatha Yoga Doux**  
Ginette 18:00 à 19:15

**Yoga Sculpt Tabata** 🔥  
Andréa 20:00 à 21:00

**Pura Vida** 🔥  
Maude  
20:30 à 21:30

**Midi Yoga**  
Karina 12:00 à 13:00

**Pura Vida** 🔥  
Tanya 16:30 à 17:30

**Yoga Balle &  
Yoga Doux**  
Annie 18:00 à 19:15

**Vinyasa**  
Charlotte 20:00 à 21:00

**Flow & Chill** 🔥  
Émilie 10:00 à 11:15

**Pura Vida** 🔥  
Marie-Michèle 16:30 à 17:30  
(Jusqu'au 25 avril)

**Hatha Flow**  
Joanie 18:00 à 19:15

Modéré / dynamique

**Vinyasa Ashtanga**  
Léa-Claude 9:30 à 10:45

**Flow & Chill** 🔥  
Anne-Marie 17:00 à 18:00

Intense & dynamique

**Hatha Baba Cool**  
Sarahel 10:30 à 11:30

**Vinyasa Prana Flow** 🔥  
Marie-Michèle 10:30 à 11:30

**Revitalise &  
Bols de Cristal**  
Marie-Claude 19:00 à 20:00