

HORAIRES HIVER 2026

5 janvier
à mi-mai

Lundi

mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

		Vinyasa J-Michel 9:00 à 10:00		Hatha Flow M-Josée 9:00 à 10:00	Pura Vida Clémentine 10:00 à 11:00	
Pura Vida Joanie 10:00 à 11:00			Flow & Chill Érika 10:00 à 11:00			Kundalini Flow Magaly 10:30 à 11:30
	Midi Yoga Tempéré Émilie 12:00 à 13:00			Prana Super Flow M-Michèle 12h00 à 13:00		
Pura Vida Karina 16:30 à 17:30		Hatha Flow Sarahel 17:00 à 18:00		Hatha & Nidra Élisabeth 16:30 à 17:30		
Flow & Chill Karina 18:00 à 19:00	Vinyasa Émilie 17:30 à 18:30	Pilates Contemporain Andéa 18:30 à 19:30	Hatha Flow Tempéré Tanya 17:30 à 18:30			
Yoga Sculpt Flow Marilyn 19:30 à 20:30	Pura Vida Claudia 19:30 à 20:30		Hot Yin Flow A-Sophie 19:00 à 20:00		Nouvelle retraite Enjoyoga... “Costa Rica”	Revitalise Sandra 19:30 à 20:30
		Prana Flow Ariane 20:00 à 21:00				

Hot yoga - salle chauffée à l'infrarouge
5 @ 7 vibes - placotage permis

Doux à modéré

Modéré - dynamique

Intense & dynamique