

HORAIRE ÉTÉ 2026

19 mai - 7 septembre

Lundi

mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

	Yogalates ☀️ Karina 8:00 à 8:45 À partir du 26 mai		Yogalates ☀️ Karina 8:00 à 8:45	Yoga Sunrise Flow Claudia 8:00 à 9:00		
		Flow & Chill 🔥 Charlotte 9:00 à 10:00			Vinyasa Clémentine 9:00 à 10:00	
Pura Vida 🔥 Joanie 10:00 à 11:00					Flow & Chill pour sportifs ☀️ Clémentine 10:30 à 11:30	Kundalini Flow Magaly 10:30 à 11:30 Jusqu'au 28 juin
	Midi Yoga ☀️ Émilie 12:00 à 13:00		Midi Yoga ☀️ Karina 12:00 à 13:00	Prana Super Flow ☀️ M-Michèle 12h00 à 13:00		
Hatha Flow Tanya 17:30 à 18:30	Vinyasa ☀️ Émilie 17:00 à 18:00					
		Pilates Contemporain 🔥 Marilyn 18:00 à 19:00	Flow & Chill Andréane 18:00 à 19:00			
Power Yoga Tabata Andréa 19:00 à 20:00	Pura Vida 🔥 Claudia 19:00 à 20:00					
		Pura Vida 🔥 Sarahel 19:30 à 20:30				Revitalise 🔥 Sandra 19:30 à 20:30

Yoga en plein air sur la TERRASSE

PROMO TOUT L'ÉTÉ ILLIMITÉ !! 250\$



☀️ Quand Dame Nature le permet, les cours se déroulent à l'extérieur sur notre terrasse mi-ensoleillée-mi-ombragée

🔥 Hot yoga - salle chauffée à l'infrarouge

🎵 5 @ 7 vibes - placotage permis

Doux à modéré

Modéré - dynamique

Intense & dynamique

(horaire sujet à changement sans préavis)