

Planning 2023-2024

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
7:00- 8:30 MYSORE Cécile / Annick	7:00- 8:30 MYSORE Cécile / Damien	6:30- 8:30 MYSORE Cécile / Geoffroy	7:30- 8:30 BODY FLOW MVT Cécile / Marie	6:30- 8:00 MYSORE Cécile / Sandrine	8:00 - 9:30 ASHTANGA 1ère Série Cécile / Marie	8:00 - 10:00 MYSORE Alessandro / Cécile
8:30 - 10:00 MYSORE Cécile / Annick	8:30 - 10:00 MYSORE Cécile / Damien	8:00 - 9:30 MYSORE Cécile / Geoffroy	8:30- 9:30 INVERSIONS & Equilibres Cécile / Marie	8:00 - 10:00 MYSORE Cécile / Sandrine	ASHTANGA 2ème Série Premier Samedi du mois	8:00 - 9:00 MYSORE Débutants Alessandro / Cécile
8:30 - 9:30 MYSORE Débutants Cécile / Annick	8:30 - 9:30 MYSORE Débutants Cécile / Damien	8:00 - 9:00 MYSORE Débutants Cécile / Geoffroy	10:00 - 11:30 ASHTANGA 1ère Série Marie	8:00 - 9:00 MYSORE Débutants Cécile / Sandrine	10:00- 11:00 VINYASA Annick / Cécile	
10:00 - 11:00 BODY FLOW MVT / EQUILIBRES Cécile / Marie	10:00 - 11:00 YOGA DOUX Damien / Marie	10:00 - 11:00 VINYASA Cécile		10:0 - 11:00 YIN YOGA Hélène / Cécile	11:00 - 12:00 YIN YOGA Annick / Cécile	10:00 - 11:15 COURS DIMANCHE ou ATELIERS
12:30 - 13:30 VINYASA Doux Cécile / Marie		12:30 - 13:30 ASHTANGA Geoffroy / Cécile		12:30 - 13:30 ASHTANGA Marie / Cécile	13:00 - 15:30 ATELIER DU SAMEDI	
	17:15 - 18:15 VINYASA Cécile		17:15 - 18:05 EXTENSIONS arrières Cécile / Marie			
18:15 - 19:30 ASHTANGA Sandrine / Cécile	18:30 - 19:30 YIN YOGA Cécile / Hélène	18:15 - 19:15 BODY FLOW MVT Cécile / Marie	18:15 - 20:00 MYSORE Cécile / Marie	18:15 - 19:15 VINYASA Matt		18:00 - 19:00 YIN YOGA, 1 semaine sur 2 Cécile
19:30 - 20:30 VINYASA FLOW Sandrine / Cécile			18:30 - 19:30 MYSORE Débutants Cécile / Marie			