

# PLANNING ÉTÉ 2017

(du 08/07 au 08/09 sous réserve de modifications)

Hatha/Assouplissement Dynamique semi-dynamique Détente Prénatal Qi Gong

## JUILLET

samedi 8 : 10h **Vinyasa** - 11h45 **Yoga détente** Camille – 16h15 **Hatha flow** Camille P.

dimanche 9 : matin **stage véro** 18h **Hatha** Camille D.

lundi 10 : 10h **Hatha** Véro

mardi 11 : 18h **Vinyasa** Laurine

mercredi 12 : 16h15 **Hatha** Camille D. - 19h15 **Hatha** : Camille D.

jeudi 13 : 18h **Ashtanga** 19h30 - **Assouplissement** Kazumi

vendredi 14 : 19h **Hatha** Kazumi

lundi 17 : 10h **Hatha** Laura

mardi 18 : 18h **Vinyasa** Laurine

mercredi 19 : 16h15 **Hatha** Camille D. - 18h **Prénatal** Emilie - 19h15 **Hatha** Emilie

jeudi 20 : 18h **Ashtanga** - 19h30 **Assouplissement** Kazumi

vendredi 21 : 10h **Hatha** Camille D. - 19h **Hatha** Kazumi

samedi 22 : 10h **Vinyasa** - 11h45 **Yoga détente** Dina – 16h15 **Hatha flow** Camille P.

dimanche 23 : 18h **Hatha** Camille D.

lundi 24 : 10h **Hatha** Laura - 17h30 **Hatha** Emilie

mardi 25 : 18h **Vinyasa** Laurine

mercredi 26 : 16h15 **Hatha** Mandana - 18h **Prénatal** Mandana - 19h15 **Hatha** Mandana

vendredi 28 : 10h **Hatha** Mandana

samedi 29 : 10h **Vinyasa** 11h45 - **Yoga détente** Dina

lundi 31 : 10h **Hatha** Laura - 17h 30 **Hatha** Emilie

## AOÛT

mardi 1er : 18h **Vinyasa** Laurine - 19h30 **Hatha** Phedra

mercredi 2 : 18h **Prénatal** Mandana - 19h15 **Hatha** Mandana

vendredi 4 : 10h Hatha Mandana

samedi 5 : 10h Vinyasa 11h45 - Yoga détente Dina

lundi 7 : 10h Hatha Laura - 17h30 Hatha Emilie

mardi 8 : 18h Vinyasa Laurine - 19h30 Hatha Phedra

mercredi 9 : 18h Prénatal - Emilie 19h15 Hatha Emilie

vendredi 11 : 10h Hatha Camille D.

samedi 12 : 10h Vinyasa - 11h45 Yoga détente Dina

lundi 14 : 10h Hatha Laura

mardi 15 : 18h Vinyasa Laurine

samedi 19 : 16h15 Hatha flow Camille P.

lundi 21 : 10h Hatha Véro

mardi 22 : 18h Vinyasa Laurine - 19h30 Hatha Phedra

mercredi 23 : 16h15 Hatha Véro - 18h Prénatal Mandana - 19h15 Hatha Mandana

jeudi 24 : 18h Ashtanga - 19h30 Assouplissement Kazumi

vendredi 25 : 10h Hatha Camille P. 19h Hatha Kazumi

samedi 26 : stage Guy

lundi 28 : 10h Hatha Véro - 17h30 Hatha Emilie

lundi 28 19h15 : Qi Gong Guy

mardi 29 : 18h Vinyasa Laurine - 19h30 Hatha Phedra

mercredi 30 : 16h15 Hatha Véro 19h15 Hatha Camille P.

jeudi 31 : 18h Ashtanga - 19h30 Assouplissement Kazumi

## SEPTEMBRE

vendredi 1 : 10h Hatha Véro - 19h Hatha Véro

samedi 2 : 10h Vinyasa 11h45 - Yoga détente Kazumi

dimanche 3 : 18h Hatha Camille D.

lundi 4 : 10h Hatha Véro - 12h15 Hatha Mandana - 17h30 Hatha Emilie

lundi 4 : 19h Qi Gong Guy

mardi 5 : 19h15 **Vinyasa** Laurine

mercredi 6 : 16h15 **Hatha** Véro - 18h **Prénatal** Mandana - 19h15 **Hatha** Mandana

jeudi 7 : 18h **Ashtanga** - 19h30 **Assouplissement** Kazumi

vendredi 8 : 10h **Hatha** Camille P. 19h **Hatha** Kazumi

**Samedi 9 et dimanche 10 : Journées portes ouvertes**