

HORAIRES Vacances de Pâques 2019

1ère semaine

LUNDI 15/04

10h15/11h30 : **Iyengar 1**
12h15/13h15 : **Iyengar 1**
18h/19h15 : **Vinyasa 1-2 focus sur asana**
18h : **Iyengar 1-2**
19h30/20h45 : **Iyengar 2**

MARDI 16/04

12h15/13h15 : **Iyengar 2**
18h/19h15 : **Vinyasa 2**
19h30/20h45 : **Ashtanga 1**

MERCREDI 17/04

9h45/11h15 : **Iyengar 3** (approfondissement)
12h15/13h15 : **Vinyasa 3**
19h/20h30 : **Iyengar 1**
19h30/21h30 : **Ashtanga Mysore**

JEUDI 18/04

6h45/8h : **Iyengar**
12h15/13h15 : **Ashtanga 1-2**
18h/19h15 : **Iyengar 2-3**
19h30/20h45 : **Iyengar** selon l'humeur

VENDREDI 19/04

9h45/11h15 : **Iyengar 1**
12h15/13h15 : **Iyengar 2**
14h/15h30 : Semaine paire : **Récupération/Détente profonde**
19h45/21h : **Iyengar 1**

SAMEDI 20/04

9h/10h30 : **Ashtanga 2/3** (envoyer un sms à Patrick)

2nde Semaine

MARDI 23/04

9h45/11h15 : **Hatha Yoga**
18h/19h15 : **Vinyasa 2**
19h30/20h45 : **Ashtanga 1**

MERCREDI 24/04

19h/20h30 : **Iyengar 1**
19h30/21h30 : **Ashtanga Mysore**

JEUDI 25/04

18h/19h30 : **Hatha Yoga**
12h15/13h15 : **Ashtanga 1-2**

VENDREDI 26/04

9h45/11h15 : **Iyengar 1**

SAMEDI 27/04

9h/10h30 : **Ashtanga 2/3** (envoyer un sms à Patrick)

