

# HORAIRE ÉTÉ YOGA ET PILATES SOL

Du 22 juin au 6 septembre 2026



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	9h00 (75 min) YOGA SLOW FLOW		9h00 (60 min) YOGA POUR LA SANTÉ DU DOS	8H45 (60 MIN) PILATES MISE EN FORME		
10H00 (75 MIN) YOGA NIV 1 & 2	10h30 (90 min) YOGA FONDATION	10h00 (75 min) YOGA NIV 1 & 2	10h15 (75 min) YOGA STRETCHING	10h00 (75 min) YOGA RESTAURATEUR	10h00 (75 min) YOGA TOUS NIVEAUX	10h00 (75 min) YOGA RESTAURATEUR
11H30 (60 MIN) PILATES MISE EN FORME		11H30 (60 MIN) PILATES MISE EN FORME		11h30 (75 min) PILATES TONUS	11h30 (60 min) YOGA POUR LA SANTÉ DU DOS	11h30 (60min) YOGA TUNE-UP STRECHING
12H45 (60 MIN) YIN YOGA		12h45 (60 min) YOGA TUNE-UP STRECHING	12H00 (45 MIN) PILATES MISE EN FORME			
14H00 (75 MIN) YOGA DOUX		14H00 (75 MIN) YOGA RESTAURATEUR				
	17h00 (60 min) YOGALATES					
18h15 (60 min) YOGA VINYASA	18h15 (75 min) YOGA NIV 1 & 2	18h30 (60 min) YOGA TOUS NIVEAUX	18H (60 MIN) PILATES BARRE			
19h30 (75min) YIN YOGA	19h45 (60 min) YOGA FONDATION	19h45 (60 min) YOGA STRETCHING	19h15 (60 min) PILATES TONUS			