

# HORAIRE | AUTOMNE 2024

Du 16 sept. au 9 déc.  
\*Congé lundi de l'action de grâce



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

9h30-11h  
**HATHA**  
(multi-niveaux)  
NADIA



9h30-11h  
**YOGA TUNE UP®**  
NADIA

9h30-11h  
**YOGA**  
**FONCTIONNEL**  
NADIA



16h30-18h  
**YOGA TUNE UP®**  
NADIA

17h45-19h15  
**HATHA 2**  
NADIA

17h45-19h15  
**HATHA 1**  
NADIA

**ATELIER CONFÉRENCE**  
**Santé Lymphatique**

**2 novembre 2024**  
**9h-12h**

