



HORAIRE | AUTOMNE 2026

Du 14 sept. au 7 déc.



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

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

9h30-11h
YOGA TUNE UP®
NADIA

9h30-11h
YOGA
FONCTIONNEL
NADIA

16h30-17h45
YOGA
FONCTIONNEL
NADIA

16h30-18h
YOGA TUNE UP®
NADIA

17h45-19h15
HATHA 2
NADIA

17h45-19h15
HATHA 1
NADIA

ATELIERS

AROMATHÉRAPIE

Découvrir l'aromathérapie 18 oct.

AROMATHÉRAPIE

Soutenir le système immunitaire
15 nov.

BAIN SONORE 6 déc.