

PRINTEMPS/ÉTÉ 2019

28 AVRIL AU 7 SEPTEMBRE



STUDIO
M YOGA

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7 h 00							
8 h 00							
9 h 00					Root to Rise 9h00 - 10h15 Katie	Vinyasa 9h00 - 10h00 Valentine	
10 h 00		M Hatha & med. (option parc) 10h00 - 11h00 Élisabeth		Vinyasa (option parc) 10h00 - 11h00 Valentine		Hatha flow chaud 10h30 - 11h30 Valentine	Vinyasa 10h30 - 11h30 Valentine
11 h 00							
12 h 00			Midi Go 12h00 - 12h45 Léa-Claude				
13 h 00							
14 h 00					Vinyasa (dans le parc) 14h00 - 15h15 Mélanie - début 17 mai		
15 h 00							
16 h 00							
17 h 00	M Hatha & med. 16h45 - 18h00 Valentine	Hot Flow Solaire 17h00 - 18h00 Émilie	M Hatha & med. 17h00 - 18h00 Sophie	Flow Créatif 17h00 - 18h15 Julie	Hot Flow Solaire 16h45 - 17h45 Émilie		
18 h 00	Vinyasa (inter./avancé) 18h30 - 19h45 Valentine						
19 h 00							Yoga Détente 19h00 - 20h00 Mélanie
20 h 00	Hot Flow Lunaire 20h00 - 21h00 Émilie	Vinyasa 20h00 - 21h00 Émilie	Hot Flow Lunaire 20h00 - 21h00 Léa-Claude	Yoga Détente 20h00 - 21h00 Mélanie			
21 h 00							

Prendre note que le studio fera relâche
du 21 juillet au 3 août 2019 (semaines de la construction)

Horaire sujet à changement sans préavis.
Réservez vos cours et horaire à jour sur studiomyoga.ca/horaire.