

Session Hiver 2018

Classes d'essai gratuites (45 minutes)

15 au 18 janvier

S.V.P. Appelez pour réserver votre place!

Yoga débutant

Lundi 15 janvier, 18h45
Mercredi 17 janvier, 9h00
Jeudi 18 janvier, 20h00

Yoga-rondeurs

Jeudi 18 janvier,
18h30

Yoga avancé

Lundi 15 janvier,
19h00

Yoga prénatal

Mardi 16 janvier,
17h15

Yoga deux

Lundi 15 janvier, 17h15

Yoga Qi gong

Mercredi 17 janvier,
19h00

Pilates

Jeudi 18 janvier, 17h15

Début des cours semaine du 22 janvier/ 12 avril

- Yoga débutant, **NOUVEAU-NOUVEAU**
 - Yoga 2, **Yoga- maman-bébé**
 - Yoga avancé, 8 cours de 1h00 : 135\$
 - Yoga douceur, **Cours individuelle yoga**
 - Yoga rondeurs, 1 cours de 1h00 : 70\$
 - Yoga prénatal, **Yoga Qi Gong et Pilates**
- 12 cours de 1h15 : 195\$
12 cours de 1h00 : 175\$

***Tous les prix incluent les taxes.**

Rabais de 60\$ sur un 2^e cours (12 cours)

Rabais de 25\$ pour inscription même adresse

Activités session HIVER 2018 (22 janvier/12 avril)

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	Samedi et Dimanche	
Lotus	Om	Lotus	Om	Lotus	Om	Lotus	Om	Lotus	Lotus	Om
10h00 Yoga avancé Lily		10h00 Yoga 2 Lily	11h00 Yoga prénatal Élaine	9h00 Yoga débutant Lily		10h00 Pilates Martine		10h00 Yoga maman bébé Élaine	Formation ou Atelier Lily	Formation ou Atelier Lily
13h45 Yoga douceur Lily				10h30 Yoga 2 Lily						
17h15 Yoga avancé Lily	17h15 Yoga 2 Valérie	17h15 Yoga 2 Lily	17h15 Yoga prénatal Élaine	18h00 Yoga 2 Josée	18h00 Yoga Qi Gong Marjo	17h15 Pilates Martine	18h30 Yoga-rondeurs Suzanne	19h00 Yoga échange Valérie S. 1 x mois		
18h45 Yoga débutant Maryse	19h00 Yoga avancé Valérie	18h45 Yoga douceur Lily	19h00 Yoga 2 Marjo	19h30 Yoga 2 Josée	19h15 Yoga Qi Gong Marjo		20h00 Yoga débutant Valérie			