

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h30							
8h00							
8h30							
9h00							
9h30			9h30 - 10h25 PILATES Opti Ball <i>Catherine</i>	9h15 - 10h30 STRETCHING POSTURAL <i>Danielle</i>		ATELIERS PONCTUELS :	
10h00							
10h30	10h30 - 11h45 STRETCHING POSTURAL <i>Danielle</i>	10h30 - 11h45 STRETCHING POSTURAL <i>Danielle</i>	10h30 - 11h25 PILATES Opti Ball <i>Catherine</i>	10h30 - 11h45 STRETCHING POSTURAL <i>Danielle</i>			
11h00			11h30 - 12h25 RELAXATION <i>Catherine</i>		11h30 - 12h25 PILATES Débutants <i>Catherine</i>		
11h30							
12h00							
12h30	12h30 - 13h25 PILATES <i>Catherine</i>		12h30 - 13h25 PILATES Debutants <i>Catherine</i>		12h30 - 13h25 PILATES <i>Catherine</i>		
13h00							
13h30	13h30 - 14h25 ROSE PILATES <i>Catherine</i>						
14h00							
14h30	14h30 - 15h25 PILATES Débutants <i>Catherine</i>	14h30 - 15h30 MEDITATION/RELAXATION <i>Anne</i>					
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00	16h45 - 17h45 YOGA - RELAXATION -NIDRA <i>Pierre</i>		17h00 - 18h15 HATHA YOGA - Tous Niveaux <i>Pierre</i>			1 fois par mois 16h30 - 17h45 BOLS CHANTANTS <i>Valérie</i>	
17h30							
18h00	18h15 - 19h30 HATHA YOGA - Niveau avancé <i>Pierre</i>	18h - 19h Hatha Yoga doux <i>Audrey</i>		18h - 19h15 Hatha Yoga doux Tous niveaux <i>Valérie</i>	18h00 - 19h15 DANSE <i>Chloé</i>	HATHA YOGA <i>Pierre</i> : 06.07.27.98.42	
18h30						PILATES <i>Catherine</i> : 06.19.22.71.55	
19h00			17h00 - 18h15 HATHA YOGA - Tous Niveaux <i>Pierre</i>			HATHA et YIN YOGA <i>Audrey</i> : 06 83 27 37 16	
19h30		19h15 - 20h15 Yin Yoga <i>Audrey</i>				STRETCHING <i>Danielle</i> : 06.51.92.97.85	
20h00	19h45 - 21h00 HATHA YOGA - Tous Niveaux <i>Pierre</i>			19h30 - 20h45 Hatha Yoga doux Tous niveaux <i>Valérie</i>		YOGA <i>Valérie</i> : 06 95 23 41 44	
20h30		20h30 - 21h30 MEDITATION/RELAXATION <i>Anne</i>				MEDITATION <i>Anne</i> : 06.82.22.52.95	
21h00						Yin Yoga <i>Marine</i> : 07 69 91 10 95	
21h30						DANSE <i>Chloé</i> : 06 84 84 98 73	

Plus d'informations sur le site www.amiens-yoga.com