

# PLANNING DES COURS COLLECTIFS

LUNDI

19h00 - 20h00  
**Yoga du rire**  
Avec Sandrine

MARDI

18h00 - 19h00  
**Yoga Hatha**  
Avec Isabelle

MERCREDI

12h30 - 13h30  
**Pilates Fusion**  
Avec Ali

18h30 - 20h30  
**Breathwork  
Energétique**  
Avec Anna

VENDREDI

12h15 - 13h30  
**Yoga Vinyasa**  
avec Julie

19h00 - 20h00  
**Yoga & Handpan**  
avec Gabriella

SAMEDI

9h30 - 10h30  
**Pilates**  
(renforcement  
musculaire)  
Avec Ali

10h45 - 11h45  
**Yoga Anahata Flow**  
Avec Ali

DIMANCHE

10h00 - 11h00  
**Pilates Fusion**  
Avec Ali

17h30 - 18h30  
**Qi Qong**  
Avec Rolland



Infos et inscriptions en scannant ce QR code  
ou sur [www.iaso-spaces.com](http://www.iaso-spaces.com)

IASO™